街と暮らしのトキメキをデザインする地域情報紙

City Life

We are Planet Sailors. since 1986

シティライフ北摂WEST版

2019 NOVEMBER 11 vol.201

北摂WEST
吹田・豊中
箕面・池田

発行　株式会社シティライフNEW　www.citylife-new.com　E-mail info@citylife-new.com　■〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23　TEL06-6338-0640　FAX06-6368-3505

10月25日発行　無料
シティライフは再生紙を使用し、植物性インキで印刷しています。

とろける味わいの チーズに惹かれて。

Cheese with a Smile!

Cheese
P.28～29に掲載

巻頭特集
2～3 頼りたくなるプロのワザ
4～5 暮らしを豊かにしてくれるプロフェッショナル

19～22 EXPOCITY press vol.40

セミナー 6 プロから学ぶ生活向上セミナー
特　集 8～9 妊娠に適した時期はある 年代別妊活プラン
美容・エステ 10～11 キレイになれるサロンをデータから徹底分析！
子 育 て 14～15 スクール選びの決め手！名物先生をご紹介 Kids&Mom
イベント 33 ラーメンEXPO 2019 in万博公園
グルメ① 34～35 “今”食べたい北摂グルメGUIDE
グルメ② 36 北摂グルメ-街歩き-
ニュース 37～39 City Life NEWS「幼児教育・保育の無償化」

表紙/撮影:山口真一　ディレクション:和田拓也　※表紙写真はイメージです

ロハスフェスタ 万博 Autumn
P.24～27に掲載

初開催！ チーズEXPO
P.30～31に掲載

頼りたくなるプロのワザ

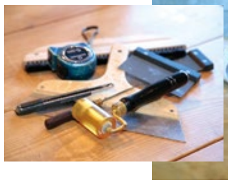
Professional Work

暮らしのなかで手がつけられなくて困っていることはありませんか。今月号はさまざまなジャンルで活躍するプロのワザを紹介します。困った時はプロに頼って快適な暮らしを楽しみましょう。

Profile
19歳から内装職人として様々な現場に携わる。全国から選抜された熟練技能者が「技」の日本一を競い合う「技能グランプリ」に入賞する実力をもつ。

壁紙を通じてちいさな幸せを感じてほしい

デザインだけで選びがちだが、素材や柄によっては注意が必要。「例えば、車が全体にプリントされている壁紙だと途中で切れていると美しく見えません。こういった注意点もしっかりとご説明します」。



福田さんをはじめ、熟練のスタッフが施工も行う。壁紙の種類に合わせて糊のタイプや濃度を変えるなど「5年、10年経ってもきれいな仕上がり」を目指し、細部にまでこだわる。

デザイン、カラーが豊富な壁紙。その数なんと数万種類。

1

PROFESSIONAL WORK

個性が光る世界の壁紙で理想の空間を提案

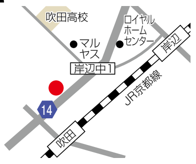
壁紙内装職人 | 福田 幸治さん

内装職人として20年以上の経験をもつ福田さんが手掛ける輸入壁紙専門店。「海外では絵や写真を飾るように、壁紙をインテリアの一部として楽しんでいます。日本でもそんな感覚で壁紙を楽しんでもらえたら」と3年前に店舗をオープン。

店頭に並ぶ壁紙は、ドイツ、オランダ、スウェーデン、アメリカなど海外の壁紙ブランド。タイル、チェック、花柄、動物柄など個性的で大胆なデザインが特徴だ。「インパクトが強く、扱いづらいと思うかもしれませんが、不織布を使った破れにくい素材、1ロールの幅が短いので、DIY初心者でもきれいに貼ることができます」。販売だけでなく、貼り方講座、ワークショップなども行う。「アイデア次第で様々な表現ができる壁紙を、身近に感じてもらえたら嬉しいですね」。

revisit WALLPAPER SHOP
〈リヴィジット ウォールペーパーショップ〉

吹田市片山町4-39-11
営／10時～17時(土日祝のみオープン)
※平日は電話予約が必要
06-7505-3214
http://www.revisit.shop



特典 「シティライフを見た」でご来店の方にもれなく
「賃貸でもOK！貼って、はがせる輸入壁紙おためしセット」をプレゼント
さらに、壁紙貼り替え工事ご成約の方、お見積金額から10%OFF
(いずれも11月末まで)

2

PROFESSIONAL WORK

あなたが思い描く世界に一つだけのヨーロッパ旅行に出かけよう

ツアープランナー | 大成さん夫妻

旅行会社は数あれど、〝ヨーロッパ旅行〟に特化した専門会社があるのをご存知だろうか？JR茨木駅近くにある「マイヨーロッパ」は、ヨーロッパ個人旅行に特化した専門会社。長年旅行業に携わり、ヨーロッパに特化してからも10年以上たつベテランプランナーの大成さん夫妻が、あなたの行きたい街、観光したい場所、やってみたいコトなどを「たった一つのオーダーメイドヨーロッパ旅行」としてカタチにしてくれる。旅の目的や予算に限らず、好みや生活習慣なども打合せで細やかに聞き取ってくれるので、あなただけの理想の旅行が出来上がるはず。ホテルを探す、移動手段、急な病気やケガの時はどうすれば…。そんな面倒ごとも一手に引き受けてくれるので、ぜひ一人に頼ってみて。

海の潟に浮かぶ水の都ヴェネツィア。

ヨーロッパ旅行の全てを知り尽くすスペシャリスト

Profile
長年旅行業に携わり、ヨーロッパ個人旅行に特化してからも経験10年以上のスペシャリスト。とてもお話ししやすい人柄に加えて、圧倒的な知識と経験を持ち、旬の現地情報も教えてくれるので「打ち合わせをしている時から楽しかった！」と評判。

3

PROFESSIONAL WORK

北摂最大級の品ぞろえアートを支える画材・額縁店

画材・額縁・絵画の専門店 | 三英美術

プロ、アマ問わず多くの「つくり手」に愛されている三英美術。豊富な商品量もさながら、店長自らの丁寧な接客が評判で、「趣味で始めようと思うけど何を買えばいいのか…」というビギナーも安心して訪れている。そんな同店から2020年の年賀はがきの販売がスタート。作家とのコラボやオリジナルによるここだけにしかない洒落たデザインが毎年好評だとか。今年は100種類以上の年賀はがきをそろえており、お気に入りに出会えるはず。もちろん名入れ印刷もOK。予約は店頭で。

店内にはギャラリーが常設。10/23(水)～11/4(月・祝)には毎回好評の水森亜土作品展を開催。

額縁はオーダーもできる他、1,000円前後の既製額やボックスフレーム(立体額)も。

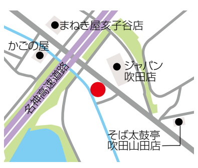
Information
1972年に創業し現在の場所に移転後、1周年を迎える画材・額縁の専門店。豊富な品数と親身な接客が評判。

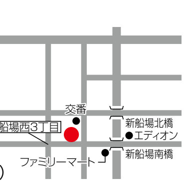
感性に刺激をくれるデザインが魅力

---

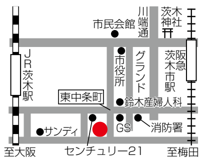
5 京阪園芸ガーデナーズ エクステリアプラン
枚方市伊加賀寿町1-5
営／4月～10月 9時半～18時
11月～3月 9時半～17時
水曜定休※ローズフェスタ期間中は営業
072-844-1769
https://keihan-engei.com/exterior-plan/

特典 「シティライフを見た」で見積り依頼をすると、
京阪園芸オリジナルバラのハンドソープをプレゼント(11月末まで)

4 PUGNUS〈パグナ〉
吹田市岸部北5-44-5 3F
営／月水金：15時～19時半
火木土日：9時～19時半
不定休 近隣有料P有り
080-3850-2218
※完全予約制
保管業(登録番号3654-2)
登録年月日：令和1.7.12
登録有効期限の末日：令和6.7.11


3 画材・額縁 三英美術
箕面市船場西2-7-5 シーモア千里ビル1階 りそな銀 行ATM横
営／10時～19時 火曜定休
近隣に有料P有り
072-736-9919
http://www.sanei-art.jp/


特典 「シティライフを見た」で
● 全額縁20%OFF
(特価品は対象外)(11月末まで)

2 MY EUROPE〈マイヨーロッパ〉
茨木市下中条町3-22-1
営／9時半～18時半
日祝定休
072-627-5468
Mail:info@myeurope.co.jp
http://www.myeurope.co.jp


大阪府知事登録旅行業 第3-2595号 一般社団法人 日本旅行業協会正会員

PROFESSIONAL WORK

4

病気や重い症状が出てるなら ワンコの酵素風呂で症状改善へ

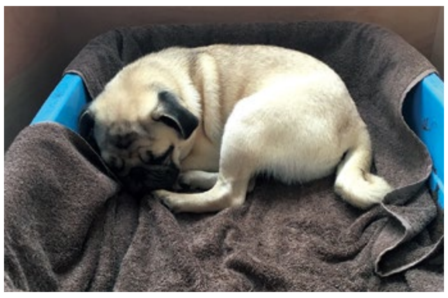
ペット専用酵素風呂 ｜ 酵素マイスター 伊東さん

酵素風呂でワンコの健康を管理

Profile

自らも酵素の良さを知り、その力で「大好きなワンコを助けたい」とお店をオープン。どんなフードを選ぶべきなのかなど、日常生活でのアドバイスも心強い。

伊東さん自身、体調が優れない時に酵素風呂で症状が劇的に改善した経験から、酵素が持つ力に魅了された一人。「ペットの酵素浴は、あるお客さんが自分が良くなったからワンコも酵素浴させてほしいと持ち掛けたところ、みるみる元気に！人よりも効果が早く現れスタッフも驚くほどの効果がでました」と伊東さん。同店の酵素は「ぬか天国」のものを100％使用し、微生物と米ぬかで自然発酵し約55～60度に保たれた特別なものを使用。体の芯から温まり、酵素の力で体の中の悪いものを出すデトックス効果が期待されるという。基礎体温が37度から38.6度になるなど、自然治癒力も高めていく。「デトックス効果として、下痢や嘔吐、目やになどが出てきますが、それが良い反応なんです。普段食べているフードの添加物や人の食べ物などから体に毒素が溜まってしまうことが多いんです」。驚きの改善例も多く、気になる方は一度訪れてみて。



タオルの下に酵素が敷き詰められている。最初は嫌がっていたワンコも、横になってそのまま眠ってしまう子も多い。

インスタ

ホームページ

【 こんなワンコにもおすすめ 】
・ハゲなどの皮膚病　・胆泥症　・肥満細胞腫
・長期服用、通院　・血便　・アレルギーなど

MENU 「シティライフを見た」と予約で
● 酵素風呂……………………1時間2,800円

特　典 「シティライフを見た」と予約で
● 酵素風呂1時間2,800円…**1,000円**
※女性スタッフ1名で対応しているため電話に出られない場合折り返し対応
（初回限定、11月末まで）

1年前から皮膚に赤い発疹ができ、痒みから自分でかいて血が出るような状態に。3ヵ月前から悪化し病院で薬をもらっていましたが、ずっと飲ませるのがかわいそうで、同じお金を使うなら根本から治してあげたいと思い訪れました。酵素浴1回目で赤みが消え、2回3回と続けると目やにが出なくなり目がキレイになって良く眠るように。かゆみもほぼなくなりました。
（こまげちゃん）

長年肥満細胞腫と戦い続け、肺に新たなガンが見つかりました。ドクターとも緩和ケアで様子を見る対応に。そこに友人から酵素風呂の話を聞き、藁にもすがる思いで行くと、入浴2回目にはレントゲンを見たドクターとビックリ！肺の影がキレイに消えていました。そういえば咳をしていない！と驚きました。表情や毛つやも良くなり、本当に助けられました。
（CJちゃん）

PROFESSIONAL WORK

7

幅広い品目を丁寧に見積り 「こんなものは」と諦める前に電話を

古美術骨董品 ｜ 店主 上野喜以子さん

御影にある実店舗だが不在が多いので、店舗に行かれるときは必ず事前に電話を！

両親、祖父母の家の片隅に眠っている古道具や古書、古美術品など、ちょっと昔の懐かしいものはないだろうか。古すぎて「こんなものは売れないだろう」と勝手に諦めていたり。でも実はその古道具が思わぬ価値を持っているかもしれない。実際、査定の依頼主からは「えっ？こんなものまで値段がつくの？」と驚かれることも珍しくないそう。遺品整理、生前整理、引っ越しや年末の大掃除などで出てきた"古いもの"があれば、処分業者やリサイクル店にまとめて依頼する前にまずは何でも相談してみよう。同店は長年の知識と確かな目で幅広い品目を1品1品丁寧に鑑定。古き良き価値あるものを決して見逃さない。家族が大切にしていた思い出深い品々も誠実な対応で鑑定してくれるので安心して任せられる。他店で価値がないと言われたものでも諦めずまずは同店に相談してみよう。

関西一円で無料出張！

Profile

骨董や古書、古美術品と聞くと敷居が高く感じる人もいるのでは？でも安心！気さくで話しやすい上野オーナーが直接無料で査定に来てくれる。遠慮なく何でも尋ねてみて！

取り扱い品目（一例）

【 古道具・古美術・骨董品 】
書画、掛軸、日本画、木版画、茶道具、煎茶道具、香道具（香木）、仏教美術、中国美術、墨硯、金工、根付提物、銀製品、錫器、鉄瓶、陶磁器、漆器、軍装品、刀装品

【 古本・古書 】
学術書、専門書、実用書、言語、宗教、哲学、数学、東洋医学、鍼灸、薬学、占星学、武道、書道、歴史考古学、戦記物、古文書、古地図、浮世絵、刷り物、鉄道切符（硬券・軟券）、雑誌

【 趣味の収集物など 】
切手、小銭・コイン、記章勲章、和楽器、尺八、能面、カメラ、レコード、CD、おもちゃ、鉄道模型、着物、装身具（帯留・かんざし）、囲碁将棋、こけし、郷土玩具、記念品、贈答品、洋酒（ウィスキー・ブランデー）

家の片隅、押し入れの奥に眠る古いもの。処分業者やリサイクル店に一括処分依頼する前に相談を。

「シティライフを見た」と電話するとスムーズです。

PROFESSIONAL WORK

5

ローズフェスタ開催中 プロの技術で理想の庭を

エクステリアグリーン ｜ 京阪園芸ガーデナーズ エクステリアプラン

ローズフェスタは11/10（日）まで開催中。ワークショップなどイベントも盛りだくさん。詳しくはHPより。

「玄関周りをお洒落にしたい」「庭仕事が体力的に…」といった要望に応えて理想の外回りを実現してくれる同社。庭づくりのヒントとなるモデルガーデンを併設しており、相談から設計、引き渡しまで同じスタッフが担当してくれる親切・丁寧さが評判。各コンクールの受賞歴も多数あり、お庭のことなら何でも相談してみて。

バラや樹木に精通したプロも在籍する庭の専門家

※写真は同社モデルガーデン

Profile

京阪電気鉄道などを運営する京阪グループの一員で、創業以来約60年の実績を誇るお庭の専門家。施工実績は年間約200件。

PROFESSIONAL WORK

6

外壁防水塗装工事が評判 1戸建て35坪以内55万円

住宅アドバイザー ｜ 代表取締役 原元 進さん

親身に対応してくれるので「お値打ちに済ませる方法を提案してほしい」など何でも相談してみて。

自社社員の施工なので、どこのお宅に対しても高い品質で施工。安心の3回塗りで、必要に応じてバイオ洗浄や高圧洗浄でカビや苔を根こそぎ排除する。外壁のトラブルは塗装して大体1～2年後にわかるのが怖いところ。同社なら地域密着で10年保証もしているので安心。それでいて、職人直請や材料直接仕入れなので35坪以内55万円（税別、足場代込）という低価格を実現している。「塗り替え後、8年以上経過している」「状態を見てほしい」という方は問い合わせてみて。

外壁リフォームのスペシャリスト

Profile

35年のリフォーム経験から確実な工事を行う。「ご縁のあったお客様とは一生涯のお付き合いをモットーに丁寧な仕事をお約束します。

無金利ローン実施中 ※100万円 36回払いまで

ライター・カメラマン・イラストレーター
フリーランススタッフ募集

PROFESSIONAL WORK

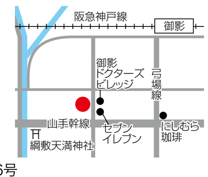
弊紙CityLifeで活躍してくれるフリーランスのスタッフを募集します。
地元の魅力を伝えるための情報紙であなたの力を活かしてください。

［ 取材エリア ］ 神戸市（中央区・灘区・東灘区）
阪神間（西宮・芦屋）
大阪北摂エリア
（高槻・茨木・摂津・吹田・豊中・箕面）
［ 応募資格 ］ 高卒以上20歳～40歳位まで。
募集職種の経験が3年以上ある方
（ライターはディレクター経験のある方歓迎）
［ 募集職種 ］ ライター・カメラマン・イラストレーター

こんな人を求めています
取材力、文章力はもちろんですが、企画立案、紙面構成を考えたり、ディレクションができる方を特に求めています。もちろん、グルメ、ヘアサロン、エステ、教育、子育て、住宅関係など、専門性の高いライティングができる方も大歓迎。まずは採用応募フォームからお申込みください。

［ 応募方法 ］ シティライフweb採用応募フォームから応募してください。
http://company.citylife-new.com/c238.html

7 **近畿一円出張無料**
古道具・古書 緑六洞
〈ろくろくどう〉
神戸市東灘区御影3-11-20
営／9時～19時　年中無休
078-851-6699
詳しくは 緑六洞 で検索を



兵庫県公安委員会公認　第631119800026号
※出張買取等で不在が多いので、直接来店の際は必ず事前に電話して下さい。※貴金属・ブランド品の買い取りはしていません。
※電話による買い取りの勧誘はしていません。

6 **進和リフォーム株式会社**
〈シンワリフォームカブシキガイシャ〉
吹田市南吹田5-2-5　営/9時～20時　水曜定休
0120-46-7760
mail:info@shinwa-reform.co.jp
街の外壁塗装やさん　吹田店 で検索

特　典 「シティライフを見た」で
● 6帖洋室1室の壁**クロス張り替え無料！**
(外壁塗装された方、11月末まで)

Professional Work

暮らしを豊かにしてくれる プロフェッショナル

様々なジャンルで活躍する
暮らしのプロに頼って
快適な暮らしを送りましょう。

PROFESSIONAL WORK 1

お気に入りスニーカーの汗・泥汚れブーツの臭いもキレイに

シューズアドバイザー ｜ 伊藤さん

去年の冬から眠ったままのブーツや、年中はいてるスニーカーは汗や臭いが染み付いて、雑菌が繁殖している可能性が！同店のクリーニングなら、特殊洗剤・オゾン水で靴を丸洗いし、汚れや汗を取り除く。目に見えない雑菌なども除去できて、嫌な臭いもすっきり。ブランドバッグの修理やクリーニング、革ジャンのリ・カラーもお任せ。

靴やバッグの修理のプロ

汚れや雨ジミを取り除いた後、専用スプレーで仕上げ。

Profile

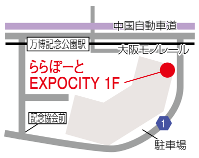
この道10年のベテラン。伊藤さんの話しやすい人柄と技術力が評判でリピーターが多い。

Menu

- かかとゴム交換……………………1,200円～
- 靴クリーニング（エコノミー）…… 1,900円～
- ムートンブーツ ……………………4,500円～
- バッグクリーニング（スタンダードコースSサイズ）……………………………………3,000円～

特典 「シティライフを見た」で**全メニュー20%OFF**
（11月末まで、他券併用不可、物販品及びスーツケースは除く）

靴専科 ららぽーとEXPOCITY店
〈クツセンカ〉
吹田市千里万博公園2-1 IF
（ららぽーとEXPOCITY
A駐車場屋上スグ）
営／10時～21時　無休
※平日は駐車場2時間無料
06-4860-6538



PROFESSIONAL WORK 2

ガス代の節約になることも給湯器のことならまずは相談を

ガス給湯器工事 ｜ 今村さん

「お湯が出にくい」「追い焚きに時間がかかる…」給湯器の寿命は10年程で、冬場に壊れやすいのだとか。そんな時に頼れるのが「給湯いちばん」。同社は大手企業との取引で培った経験から、お客のライフスタイルに合った機能の給湯器を提案してくれると評判。交換の際は代替機をすぐに取付けてくれ、その日からシャワーに入れるのも嬉しい。標準工事費、消費税込みで128000円～と格安。エコキュートの取替もやっているので、異変を感じたらまずは見積無料の相談を。

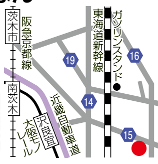
温かい生活を支えるプロ

information

設備士の資格をもち、業界17年の経験から考えられたサービスに多くの方が満足。

特典 「シティライフを見た」で
〈エコタイプ〉
単機能給湯器20号 ………（給湯専用）205,956円→**128,000円**
ふろ給湯器24号（追い炊き付き） ……403,920円→**198,000円**
ふろ給湯器24号（追い炊き、温水暖房機能付き）454,680円→**248,000円**
※黒字価格はメーカー希望価格（税込）※赤字価格は標準工事費込・消費税込
※標準工事費・・・同じ機能の給湯器からの取替工事のこと（12月末まで）

お湯のことなら給湯いちばん
ライフサポートサービス
摂津市鳥飼本町3-12-34
営／9時～17時
0800-222-9101
https://www.lifesuppos.com



PROFESSIONAL WORK 3

使用済みや欠品も査定OK 無料出張でまとめて買取り

買取専門店 ｜

使わなくなった子ども用教材やおもちゃ、ゲームなどが自宅に眠っているなら、無料で出張買取をしてくれる「トレジャー」に相談するのがオススメ！年間50万点以上の買取実績を誇り、使用済みや欠品のある教材でも査定OK。古いゲーム機やソフト、超合金、ソフビ人形フィギュアなど買取対象は様々で、高額査定なのも嬉しいポイント。送料無料の宅配買取もOKとのことなので問合せしてみよう。

無料出張の買取専門店

塗装のはがれた超合金やウルトラマンのソフビ人形など、欠品商品でもOK！

information

ディズニー英語システムは15年前の教材でもOK！ワールドワイドキッズや七田教材、キュボロやクアドリラ、WAKUブロック、スカリーノ、ネフなどの木製玩具も買取。

買取例

- 仮面ライダー系変身グッズや戦隊ロボ・レゴ・フィギュアなど
- シルバニア・リカちゃん人形・プラモデル他
- 絵本・木製玩具・知育玩具・知育CD・DVDなども

特典 「シティライフを見た」で**買取額20%UP！**（11月末まで）

教材・玩具・ゲーム・フィギュア・超合金・プラモ買取
買取専門店トレジャー　関西買取センター
受／9時～20時　年中無休
古物許可No. 大阪府公安委員会
第622010123619号
0120-977-719

▲おもちゃ用webはコチラ　▲教材用webはコチラ

PROFESSIONAL WORK 4

品質同じでお得な電気プラン 1年中、全日曜日が半額に

電力販売代理店 ｜

家庭はもちろん、商店や事業所など全ての電力利用者が、電力会社や料金メニューを自由に選べるようになった今の時代。選択肢が広がったからこそ安全性や利便性を見極めたうえで選びたいもの。同社は、安定した電気の供給と、地域密着を理念にきめ細やかな対応をしてくれる電力販売代理店。利便性も高く、今までの分かりにくい値引きからシンプルで分かりやすい値引きを実施中。只今申し込みの方は、平日の電気量料金は地域電力会社と同じで、電気使用量が多くなりがちな日曜日24時間の電力量料金を半額にしてくれる。電気代の見直しを考えているなら、一度問合せを。

地域密着を理念にきめ細やかな対応をしてくれる

Point

3つのおすすめポイント

① ゆったり過ごす日曜日をお得に
② 電気の品質はそのまま
③ 簡単な手続きで申込完了

特典 「シティライフを見た」で、電力の切り替えをした方に**お米マイスターが選んだ米5キロプレゼント！**（11月末まで）

株式会社フロンティア
大阪市福島区福島1-1-48
受付／平日10時～17時半
06-7508-3835

おかげさまで70周年 70th Anniversary

世界にひとつを作ろう♫

服地・インテリア布地・手芸品の
大塚屋 江坂店

詰め放題祭り&楽しいワークショップ

開催期間 10/23（水）▶30（水）
期間中休まず営業

●場　所/大塚屋江坂店5階クラフトコーナー特設会場
●と　き/午前の部:10時30分～12時30分
午後の部:13時30分～15時30分
各日各時5名様まで
●受　付/5Fクラフト売場レジにて事前予約受付

詰め放題祭り

- ボタン詰め放題　1袋につき税込100円　●場所1F特設会場
- バックル詰め放題　1袋につき税込100円　●場所2F特設会場
- ビーズ・パーツ詰め放題　1瓶につき税込380円　●場所3F特設会場
- 羊皮詰め放題　1袋につき税込380円　●場所4F特設会場

※イメージイラストです。

楽しいワークショップ

- 27(日) LEDレジンで作るかぼちゃのチャーム　講習料:税込300円（材料費込）
- 28(月) LEDレジンで作るお花のアクセサリー　講習料:税込500円（材料費込）
- 29(火) LEDレジンで作るフラワーアクセサリー　講習料:税込580円（材料費込）
- 30(水) ポンポンメーカーで作るモンスター　講習料:税込300円（材料費込）

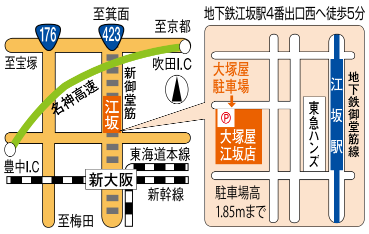
●講習料は全て材料費込　※作品画像はイメージです。色柄が異なる場合がございます。

- 5F 洋裁付属品・持ち手・ミシン加工・クラフト
- 4F カーテン地・バッグ地・インテリア布地 カーテンオーダー
- 3F パッチワーク布地・和調布地 演劇衣裳布地・特選婦人服地
- 2F 婦人服地・裏地・芯地・ミシン・型紙・本
- 1F 綿（無地・先染・プリント）・麻布地 キャラクター布地

江坂店公式Facebook

大塚屋メール会員 お得な情報お届けします

詳しくはホームページまで
http://otsukaya.co.jp/



地下鉄江坂駅4番出口 西へ徒歩5分
■なるべく公共交通機関をご利用くださいませ。

服地・家の布・生活ホビー
otsukaya
大塚屋 江坂店
☎06(6369)1236　〒564-0051 吹田市豊津町13-38
営業時間/あさ10時～よる6時30分　休業日/11月6日(水)・13日(水)・20日(水)
大阪　岐阜　名古屋

自前の農場と工場から安心安全をお届け

PROFESSIONAL WORK 7

安心素材の宅配で おいしい笑顔を届けたい

ホームデリバリー

安心安全な「おいしい」を食卓にお届けするよつ葉。自らが生産に関わることで顔の見える関係を実現し、消費者との信頼を生みだしている。自社で農場や工場を持ち、育てた牛や豚のお肉だけでなく、おいしい豆腐やパン・惣菜など種類も豊富に取り揃えている。また農薬や化学薬品に頼らずに土の生命力を活かした新鮮な野菜や果物など、安心安全を徹底した地場の農産物が中心。「子どもには安心なものを食べさせたい」「おいしい野菜が食べたい」という人はぜひ試してほしい。毎週届くカタログは内容も充実しており、1点からでも届けてくれるのもうれしい(宅配料金無料)。シティライフの特典で新規入会プレゼントを実施中。

information

1976年に大阪で生まれ、現在4万世帯の会員を抱える「関西よつ葉連絡会」。安全な食べもの、安心して使える生活用品を各家庭に届けている。

※写真はイメージです

特典 「シティライフを見た」で新規入会の方に上記の商品より3～5品の「よつ葉お試しセット」をプレゼント(11月末まで)

入会のお申込み、資料請求などのお問い合わせは、

よつ葉ホームデリバリー
淀川産地直送センター
入会金・年会費・配達料不要・全戸個配
0120-878-228
072-650-3211
よつ葉ホームデリバリー で検索

安心・安全のホームデリバリー
- 入会費…無料
- 年会費…無料
- 配達料…無料

内容も種類も充実!毎週届くカタログから注文!
「全戸個配で産直の野菜や果物、お肉などを1軒ずつ玄関先までお届けします」

手間をかけさせない不用品回収のプロ

PROFESSIONAL WORK 5

分別不要・丸投げでOK 遺品整理、不用品回収など

不用品回収

この道10年以上のベテランスタッフの迅速丁寧な対応が評判で、お客さん同士の紹介多数！人気の"積み放題メニュー"なら、急な引越しや遺品整理など大量の不用品が出たときに超お得。自社工場で分別するので、自分で事前に仕分ける手間も省けて楽々。「家具や家電など安くいっぺんに持って行ってくれて助かりました」と喜びの声も。まずは無料見積もりを！

関西全域(大阪・兵庫・滋賀・奈良・和歌山)を対応してくれる。

Menu
- 軽トラック積み放題(1畳分)………………12,000円
- 2トントラック積み放題(3畳分)……………30,000円

(全て税別、規定量を超えた場合追加料金有り)

特典
「シティライフを見た」と積み放題メニューをご利用の方、
エアコン取り外し工事処分費**何台でも無料！**
(11月末まで)

中岩商事株式会社
〈ナカイワショウジ〉
受／8時～20時 年中無休
古物商許可No.大阪府公安委員会第621120162063号
大阪本社 06-6854-052
http://www.amanesangyou

写真を撮って送るだけの簡単見積もり↓
LINE

見えない所まで徹底キレイにするプロ集団

PROFESSIONAL WORK 6

気になる汚れをまとめてお掃除 プロによる低価格ハウスクリーニング

ハウスクリーニング

日頃のお手入れで気になる汚れがある方におすすめ！丁寧な対応と技術でリピーターも多い「おそうじ革命 茨木駅前店」。清掃歴25年、厳しい研修を合格したプロが専門的視点で隠れた汚れも見つけ出し徹底的にキレイにしてくれる。水回りのお掃除にお得なセットメニューもあり！さらに年末大掃除に向けて早割を実施中。お得なこの機会に気になる個所をまとめてお掃除しよう！

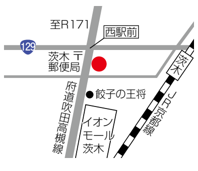
エアコンを分解し、エコ洗剤を使用。高圧洗浄で洗い流し、内部に潜むカビやほこり・花粉を除去。

information

お得なセットメニュー
- 水回りセット2点セット～ 24,000円～
  キッチン、レンジフード、浴室、洗面所+トイレ、トイレ2ヵ所上記のいずれかの組み合わせから選べる
- カビまるごとセット 浴室+エプロン内部 17,850円～
  さらにエアコンクリーニングも通常価格より20%OFFでセットに追加可能!

※価格は全て税別
※詳しくはお問い合わせを

おそうじ革命 茨木駅前店
茨木市西駅前町14-19
茨木第二ビル7F
営／9時～20時
HPにて「お客様の声・おそうじブログ」公開中！
072-648-7278
https://osouji-osaka.com



特典
年末大掃除早割10%OFF
- エアコン一般 ……………………9,072円→**8,165円～**
- エアコンおそうじ機能付き 16,000円→**14,400円～**
- キッチン…………………15,000円→**13,500円～**
- 浴室 ……………………14,000円～→**12,600円～**
- レンジフード …………14,000円～→**12,600円～**
- トイレ+洗面所 …………14,000円～→**12,600円～**

※価格は全て税別 ※詳しくはお問い合わせを(11月末まで)

おいしいスイーツ × マネーセミナー

人生100年時代を生き抜く
～誰にでもできる！65歳までに2000万円を作る方法～

参加無料

11/7(木)・17(日)・23(土) 10:30～12:30

人生100年時代と言われる中、豊かなセカンドライフへの準備はできていますか?このセミナーでは、誰でもストレスなくセカンドライフへの準備をする方法をわかりやすくお伝えします。

ファイナンシャルプランナー
松下 美知子

人気店のスイーツが楽しめる！
おいしいスイーツとコーヒーと一緒にリラックスしてセミナーを楽しみましょう！

会場 ファイナンシャルアライアンス株式会社 大阪支店 ※住所、電話番号は下記にて。

参加特典 個別相談無料!

お問合せ・申込み先 申込締切は各セミナー開催1週間前
ファイナンシャルアライアンス株式会社 大阪支店
大阪市中央区本町4-6-7 本町スクウェアビル6階
090-3966-5599 (担当・米澤)
▲応募はコチラからもOK!

豊中市・箕面市・池田市
\60歳以上の方も活躍中!/

お掃除スタッフ募集

現在25名のスタッフのうち、10名以上が60歳以上です。拭き掃除、掃き掃除、草むしりなど主婦のスキルがいかせます。男性スタッフも活躍中!

仕事	賃貸マンションの共用部の清掃(未経験者可)
勤務地	自宅から現場へ直行直帰 (豊中・箕面・池田・淀川区の一部) ※なるべくお近くの物件をお探しします。
勤務日数	週1～4回
勤務時間	10時～16時(お好きな時間帯で)
時給	1,050円～
待遇	昇給あり、正社員登用あり、労災あり
応募	まずはお気軽にご連絡下さい。

だから働きやすい!
- ほとんどのスタッフが未経験
- 時間帯が決まっていないので、自分のペースで働ける
- 清掃道具は不要！手ぶらでOK

スタッフの声

Sさん(50代)

今日は予定があるから1時間だけ…など自分で調整できるからいいですよ。この前中学生の男の子が「いつも綺麗にしてくれてありがとうございます」と言ってくれて。感謝されるとやる気がでます!

▼詳しくはお問い合わせください。
株式会社成都管理サービス 06-4865-5150
豊中市岡上の町3-7-1 TAOビルディング6F
清掃担当:米田(ヨネダ)、谷井(タニイ)

一戸建てのリフォームをお考えの方！

3LDKの新築が 995万円(税込)※ プラン例 で建てられますよ!

※当社規格内のプランとなります。
詳しくはお問合せください。

※写真は当社施工例となります。

このような方は一度ご相談を！
- 一戸建ての大規模リフォームを考えている。
- 築40年以上で地震が心配。
- 子どもが独立して、部屋が余ってる。

当社のご提案する住宅は自由設計(※)です。材料・設備・仕様・人件費等、コストを最適化することで実現しました。
もちろん住宅性能は現在の基準をクリア。
快適な暮らしが手に入ります。

株式会社ライフレックス
茨木市宇野辺1丁目2-35
072-645-6668
info@lifeflex.jp ■https://www.life-flex.com/
宅建業免許 大阪府知事(2)第55634号

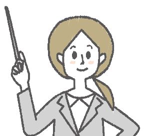
「シティライフを見た」で…
マイホームプラン
無料で作成！
※キャンペーン期間:2020年1月末まで

シティライフ主催

日々の生活が“もっと”豊かになる

プロから学ぶ「生活向上セミナー」

さまざまなジャンルで活躍するプロの方々から、
技術や知識を学ぶことができるセミナーを開催します。



11/19(火) 10:00〜15:40

参加無料
複数受講歓迎

セミナー参加申し込みはこちら

事前申し込みが優先です。

下記URLの応募フォームもしくはお電話で申し込みください。

※各セミナーの状況によって、当日参加も可能です。 ※事前申し込みをキャンセルされる場合は必ず前日までにご連絡ください。※同業者の情報収集、勧誘を目的とした参加はお断りします。

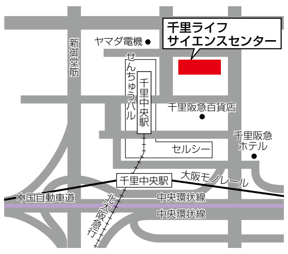
■応募フォーム http://seikatsukoujyou.citylife-new.com

■お問合せ TEL.06-6338-0640
(生活向上セミナー担当係まで) ※平日10時〜17時

プロから学ぶ生活向上セミナー 検索

応募フォーム

会 場 千里ライフサイエンスセンター6F
(豊中市新千里東町1-4-2) 北大阪急行千里中央駅下車すぐ



[千里ライフサイエンスセンター駐車料金]
最初の1時間 400円、以後30分毎200円 最大1,300円
[周辺駐車場のご案内]
タイムズLABI千里(10時〜22時)
1時間300円、以後30分150円、最大700円

11/19(火) セミナー一覧

セミナー室 A / セミナー室 B

10:00〜11:00

1 知っておきたい! 上手な生前贈与のポイント (セミナー室 A)

年末にかけて考える生前贈与。生前贈与のメリット・デメリット、相続税対策に有効な生前贈与のポイント、方法をわかりやすく解説します。

講師 きたおく税理士事務所 税理士 北奥昌照さん

豊中市生まれ。大手税理士法人勤務を経て、2017年事務所開設。北摂地域を中心に相続税申告、相続対策コンサルティング、譲渡申告など多数の資産税業務に携わっている。

2 ただの主婦が趣味や特技で夫の収入を抜く方法 (セミナー室 B)

「私の人生、このままでいいの?」と思った事は?老後をより豊かに過ごすには旦那様の収入に頼らない自分だけの収入は必要不可欠!40・50代からでも遅くない。ネットマーケティングの知識を習得し、得意なことで収入を!

講師 株式会社ママピット 代表取締役 天谷 麻裕子さん

結婚後、公認会計士、WEBの知識を併せ持つ主婦企業コンサルタントとして起業。専門知識を生かし講師として行政や企業のセミナーでも活躍中。小学生二児の母親。

11:10〜12:10

3 お金との付き合い方、賢い貯め方を学ぶセミナー (セミナー室 A)

金利が上がらないにも関わらず消費税と物価は上がります!使えるお金の量が縮小し、お金の価値は下がっていく一方…。iDeCoや積み立てNISAなどの投資信託、外貨積み立て、何が自分に合うのか、初歩から一緒に考えてみませんか?

講師 ファイナンシャルプランナー 豊福 勝彦さん・松尾 剛さん

資産形成・ライフプランの提案に定評がある豊福さんと、生命・損害保険のプロとして最適なコンサルティングを行う松尾さん。2人合わせ約3,000世帯を担当してきた経験をもとに目からウロコのマネーセミナーを開催する。

4 眠っている能力を引き出す瞬読!受験対策にも (セミナー室 B)

全国で拡大中の瞬読は、1冊を数分で読み内容を把握するだけでなく、情報処理能力や思考力、理解力もアップ!右脳活性化の最新メソッドで、子どもの受験対策としても注目を浴びています。トレーニングが日常生活に負担なくできるのもポイント。前回好評につき2回目の登場です。

講師 一般社団法人瞬読協会認定1級トレーナー 吉弘 千鶴子さん

日本を代表するピアニストでありながら、昨年、千里中央にカルチャースタジオTLGをオープン。わかりやすい楽しい教えで只今受講者が増加中!合言葉は「右脳ぱっかーん!」

12:20〜13:20

5 誰でもできる!65歳までに2000万円作る方法 (セミナー室 A)

人生100年時代と言われる中、豊かなセカンドライフへの準備はできていますか?このセミナーでは、誰でもストレスなくセカンドライフへの準備をする方法をわかりやすくお伝えします。皆さんも豊かなセカンドライフへの第一歩を踏み出しましょう!

講師 ファイナンシャルプランナー 松下 美知子さん

関連記事 P.5をチェック!!

大手航空会社のキャビンアテンダントとして勤務した後、接遇マナー講師、経営コンサルタントを経て現職へ。働く女性や主婦向けのマネー講師として幅広く活躍中。2級ファイナンシャル・プランニング技能士、相続診断士、投資診断士。

6 簡単一分、だれでもできる腰痛体操で痛み改善! (セミナー室 B)

なかなか治らない腰痛・ひざ痛…それ「腰」「ひざ」だけを気にしていませんか?腰痛や膝痛の原因は姿勢からくるものがほとんど。姿勢が悪いと身体を正しく使うことが出来ず痛みにつながります。腰痛体操で身体を動かしながら今の姿勢をチェック!姿勢を整えて免疫力を向上させ、根本から改善しましょう。

講師 そら健康院 院長 飯田 ミホさん

日本理学整体学会所属。学生時に膝を怪我。手術するもひざ痛、歩行不良を体験。その後様々な治療を試す中で理学整体に出会う。1回でこれまで感じたことのない身体の軽さを経験し、「傷みに苦しんでいる方の力になりたい」と整体師の道にすすむ。

13:30〜14:30

7 女性限定!知らなきゃ損する「お金のルール」 (セミナー室 A)

貯蓄するために必要な「お金のルール」はご存知ですか?それを知っているかどうかで、将来の貯蓄に大きな差がついてしまいます。今回は、なかなか学ぶ機会のない「お金」についての基本をわかりやすく丁寧にお話しし、「お金のルール」をうまく利用した賢い貯蓄術をお伝えします。

講師 株式会社ノーダス 赤川 元秀さん

ファイナンシャルプランナー。チーム★ライフプラン研究会所属。現在まで1,000件を超える顧客の相談を担当。全国組織の金融機関の外部講師経験も持つ。

8 ホルモンバランスを整えて健康に美しく歳を重ねる (セミナー室 B)

「なんとなく疲れが取れない…」身体の不調は、ホルモンバランスの乱れが原因かも。身体の内側から治療する・病気になる前に防ぐ東洋医学の観点から、美しさを保ちながら健康に過ごすための方法をアドバイスします。毎日をイキイキと美しく過ごしましょう。

講師 あのん鍼灸治療院 院長 Abejas Dance Company 代表 有岡さん

長年、鍼灸師として多くの患者さんと向き合い悩める症状を改善。また、ダンサーでもあり、国内外でレッスンやパフォーマンスを行い、イベントの企画運営を積極的に行っている。

14:40〜15:40

9 女性限定!自分の貯金箱を持ちませんか? (セミナー室 A)

「今の収入では心配!」「今より少し収入を増やしたい!」「お金を有効に活用したい!」そんな方にオススメな不動産投資!あなたも大家さんになってみませんか?不動産投資は難しいと思われてる方、怖いと思われてる方に知っていただきたい300万円台から出来る簡単な不動産投資のお話です。

講師 株式会社エーイーピー マネー&ライフアドバイザー 山田雅恵さん

不動産投資歴20年以上、FX、投資信託など多くの投資経験を持つ。自称漫談師。

10 日々の疲労回復に!酸素ルームの効能を徹底解説! (セミナー室 B)

「酸素ルーム」はカプセルと違い、1畳ほどの空間でTVを見たり仮眠したりと自由に過ごせます。美容や健康など様々な効果があると言われておりますが、疲労回復・ケガ回復・ダイエットなど7つの効果について解説します。子どもにもオススメですので興味のある方はぜひ。

講師 プライベートジムTSUBAME 野崎 和史さん

長年スポーツクラブに従事し、昨年5月にプライベートジムを開業。一人ひとりの身体の悩みに対し、マンツーマンでトレーニング、サプリなどの指導を行う。健康気圧マスターの資格所有。HP: https://www.kazusoccer0126.com/

DENTAL CARE

意外と知らない歯の健康知識

健口フェスタ&徳治昭童画展開催
〜いい歯の日に唾液検査と歯、口腔の検診を〜

毎年11月8日は11(いい)8(歯)の語呂を合わせ、1993年に日本歯科医師会によって「いい歯の日」として制定されました。80歳になっても20本の歯を残すために必要なことについて、お話をお聞きしました。

11月8日は「いい歯の日」

普段定期的に受ける機会が少ない歯科検診を、幅広い年代に歯の大切さを知ってもらおうという主旨のもとに、日本歯科医師会が提唱して誕生したのがいい歯の日です。全国で啓蒙活動や歯科検診などを行なうイベントが実施され、虫歯や歯周病の予防だけでなく口腔内の健康について相談できる機会になっています。

健康を守るために定期的な歯の検診を受けましょう

日本歯科医師会と厚労省が平成元年から推進している8020運動も、平成29年度に達成者が50%を超えました。残存歯の多い方、入れ歯でしっかり噛んで生活している方は健康で長寿です。しっかり噛むことができれば、食べる、話す、呼吸する、いい笑顔もできます。歯と口の健康は加齢とともに生活機能が低下することなく、生きていくことができるのです。

口腔機能発達不全症と小児の健全な歯並び

平成30年より口腔機能発達不全症という新病名ができました。噛んだり飲み込んだりが上手くできない、又、口呼吸があるなどの状態をいい、口腔機能発達不全症と口腔筋機能療法(MFT)の指導で改善できます。小児期は「食べる機能」「話す機能」「嚥下や呼吸機能」の成長発達途中にあり、正常な機能獲得ができているかを評価することが重要です。又、永久歯が正しく生え良い歯並びとなる為には乳歯の萌出状態、顎の発育、口の中の状況を定期的に観察することが必要です。

歯科ドックで健康チェック 唾液検査を受けよう

当院の歯科ドックは唾液検査、口臭検査、咬合圧測定、舌圧測定、位相差顕微鏡検査などです。唾液には食べ物の消化を助け、細菌を洗い流す等の作用と、健康状態を知るための優れた情報も得られます。唾液の検査で口腔機能低下の前兆がわかり歯と口の健康維持に活かすことができるのです。健康な口腔環境のためのポイントである歯と歯茎の健康、口腔内の清潔度もわかります。

11月9日(土曜日)は歯の健口フェスタ開催

当院では、11月9日に歯の健口フェスタで、子どもさんのフッ素塗布と歯並び相談、大人の方は、唾液検査と歯の悩み相談会を開催します。今回は唾液検査(スポットケム)で歯・口腔内と全身の健康の状態を先着30名の方に無料で実施します。歯科医師による検診と歯科相談も行います。一生楽しく食事ができるよう、「いい歯の日」に歯と全身の健康のリスクを知る機会にされてはいかがでしょうか。

この先生に聞きました!

朝倉歯科医院本院 小児歯科担当 歯科医師 **治山 真由美**

朝倉歯科医院本院 セカンドオピニオン外来担当 歯科医師 **佐藤 典子**

(医)あさくら会 朝倉クリニック院長/朝倉歯科医院 副院長 **永田 卓之**

■ 唾液検査 ※すべて無料、要予約です
歯の健康/虫歯菌・唾液の酸性度と緩衝能
歯周病/白血球エステラーゼの酸性度・潜血・タンパク質
清潔度/アンモニア

■ 歯の検診とお悩み相談会
■ 歯ブラシ指導とフッ素塗布

先着30名様 デンタルグッズ プレゼント進呈

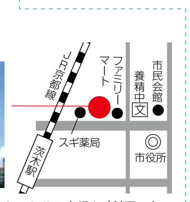
唾液検査機器 スポットケムST

●日時:11/9(土)10時〜14時
●場所:茨木市駅前4-3-26あさくらビル (医)朝倉クリニック歯科 1・2階イベントホール

ご予約は必ず電話またはメール
072-626-2006
com21adc@gold.ocn.ne.jp

「徳治昭童画展」(入場無料)

●日時:11/9(土)、13(水)〜19(火) 11時〜18時まで開催
チラシ持参の方へ、抽選プレゼントあります。
徳治昭(とくはるあき) イラストレーター童画家



スギ薬局の隣です。お車は市営駐車場をご利用下さい。

主催:朝倉歯科医院/ギャラリーあさくら　後援:アークレイ株式会社

【歯科セカンドオピニオン外来】
歯周病、口臭、歯並び、入れ歯、インプラント、歯科ドックなどはお気軽にお電話ください。
0120-468-321　072-625-2001
歯の悩み相談は南春日丘本院で院長が行っています。

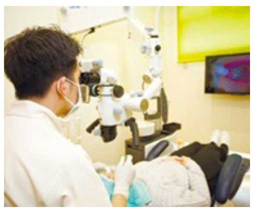
朝倉歯科医院/本院
茨木市南春日丘1-1-19　アサクラデンタルビル
http://asakura-dental.com
本院では、通常の診療時間内で予約していただけます。

インプラント

インプラント治療は術後も大切 トラブルを防ぐ治療方法とは

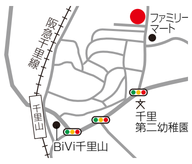
乾 博貴院長
大阪歯科大学卒業、日本臨床歯科医学会会員、審美歯科・インプラント・矯正に携わる

何らかの理由で歯を失ってしまった方の治療方法の一つとして、インプラント治療があります。顎骨に人工歯根を入れ、義歯をつける治療ですが、当院では確実な治療を行うため、マイクロスコープを導入しております。小さな歯の欠片や膿袋が残っているとインプラント埋入後に炎症を起こす原因になります。肉眼では完全に除去することが不可能ですので、マイクロスコープで確認する必要があります。その他にも骨と結合する期間が早い最新のインプラント体の使用やCTを使って歯周病などの疾患がないかといった事前の検査を行い、確実な治療を目指しています。



マイクロスコープを使った治療の様子

いぬい歯科クリニック
06-6310-6789
吹田市千里山月が丘16-1
診/9時〜12時、13時半〜19時(土 〜16時半)
木曜・日曜・祝日休診
いぬい歯科　千里山 で検索



詰め物 被せ物

詰め物・被せ物の治療に最適 最新機器 セレック プライムスキャン

片岡院長
大阪大学大学院卒/大阪歯学部招へい教員/デンマークコペンハーゲン大学歯学部留学

虫歯治療で削った歯質を補うために詰め物や被せ物をしますが、この時におすすめしたい治療法として、「セレックシステム」があります。3Dプリンターの精密な加工技術を生かして、削った歯にピタリと合う、詰め物・被せ物を短時間で作ることが可能です。セレックの利点は、耐久性が高く長持ちし、見た目が自然な白さになりますので、周りの歯の色に近づけることができ、ほぼ違和感がないほど審美的に優れています。さらに、最新の「セレックプライムスキャン」を使うことにより、従来のセレックより、リアルかつ鮮明な3Dデータが作成できるようになり、従来では得られない精度を実現しました。精度が上がるほど歯牙との隙間を少なくでき、二次う蝕のリスクも回避できます。まずはご相談ください。

セレック治療4つの特長
1、治療期間が短縮可能
2、長時間必要だった型取り不要で負担が軽い
3、耐久性が高く再発も軽減
4、3Dプリンターで作成するため費用を抑えられる
5、審美性にも優れたセラミック(非金属)治療

カタオカ歯科医院
06-6834-7778
豊中市上新田1-28
千里中央パークヒルズK棟203号
診/9時半〜12時半
15時半〜20時半
土曜日午後13時半〜16時半
火曜日午後、日祝休診　P有
http://www.miyo-dc.com/

歯の健康と美容を守るクリニック

"伝統的歯科治療×AI"で 高レベルの医療サービスを

歯の黄ばみ、顔のたるみ、かみ合わせが悪い、歯並びが気になる……。健康とも直結し、笑顔の印象を大きく変える歯、気になる箇所をそのままにしていませんか? HANAIntelligenceでは伝統的歯科治療とAIの最新技能を組み合わせ、リーズナブルで高度なサービスを提供しています。

歯科衛生士によるホワイトニング

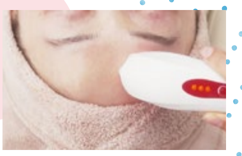
歯が黄色い原因は歯の外側に着色している、歯そのものが加齢に伴い変色している、など理由が個々で異なっています。コーヒー・紅茶・ワインをよく飲まれる場合、表面に茶渋などがついていることが多いです。まずそれをキレイにしてから厳選した薬剤で歯の象牙質という部分へアプローチすることで、歯そのものを白くしていきます。

デンタルエステ 〜表情筋エステでリフトアップ

歯茎マッサージ・リップパックだけでなく、当院では歯科医院だからこそできるフェイシャルエステもご用意しています。左右非対称、たるみ・歪み……表情筋の仕組みを細かく把握している歯科医師からこそできる、マシンでピンポイントにアプローチをし効果に直結する施術です。

短期間でリーズナブルな矯正を

また当院はフルデジタル化・AIを搭載した装置を積極的に導入したことによるコストカットを実現し、リーズナブルな矯正をご提案しております。マウスピース矯正"インビザライン"では、3D光学スキャナー『iTero』を使用し全ての検査をほぼ一日で終了、費用・期間を明確に事前に提示することを可能に。年を重ねても自分の歯に自信が持てるよう、歯の状態の診断は無料なのでご気軽にご相談いただければと思います。



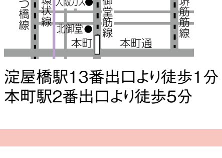
▲顔面表情筋エステ(EMS)でたるみやほうれい線を改善。

▲歯がムラなく白くなり知覚過敏も起こしにくい、オフィスホワイトニング。

◀インビザライン・マウスピース矯正・ワイヤー矯正から貴方に最適なものをご提案。

特典
「シティライフを見た」で
初回カウンセリング込み ホワイトニング
(要予約・11月末まで) 30,000円→10,000円

HANA Intelligence
歯科・矯正歯科
06-6210-4816
営/火曜〜土曜　9時〜17時
大阪市中央区伏見町4-2-14
WAKITA 藤村御堂筋ビルB1F
https://www.hana-intelligence.com/



淀屋橋駅13番出口より徒歩1分
本町駅2番出口より徒歩5分

DENTAL

不妊治療の基礎知識

妊娠に適した時期はある 年代別妊活プラン

晩婚化が進み、平均初婚年齢が年々上がっています。2016（平成28）年では、夫が31.1歳、妻が29.4歳となっており、1985（昭和60）年と比較すると、夫は2.9歳、妻は3.9歳上昇しています（内閣府調べ）。35歳を過ぎると急激に妊娠率が下がるので、子どもが欲しいと思っている方は、今の年齢からの妊活プランを正しく知っておきましょう。

35歳を過ぎると妊娠率が低下する

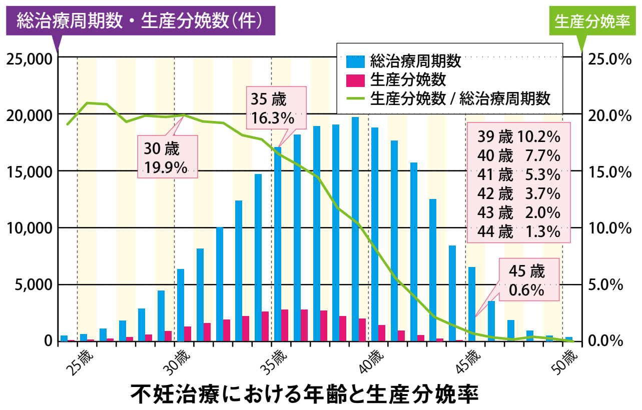
昨今は女性の社会進出がめざましく、先述のとおり、初婚年齢が上がっています。女性の平均初婚年齢が29.4歳ということは、最も妊娠に適した時期と言われる25歳～35歳の半分近くを過ぎたことになります。女性の卵子はお母さんのお腹にいる時が最も数が多く、生まれてから成長するごとにどんどん減っていきます。また加齢により質も劣化し、35歳を過ぎると急激に妊娠率が低下します。子どもを2人くらい欲しいと思っている方は、早めの家族計画を立てておくことが望ましいでしょう。

35歳を過ぎたら早めに検査を

不妊症は、結婚をして夫婦生活があるにも関わらず、1年以上妊娠しないことを指しますが、妊娠率の低下を考えると35歳以上の方は、その期間をなるべく短く設定して、早めに病院で検査をするようにしましょう。

また妊娠しやすい身体づくりも合わせて進めておきたいものです。漢方で身体の状態を整えるなど、ご夫婦で取り組むのがおすすめです。

35歳の時点で残り平均約2万～3万個の卵子が、一回の月経の周期ごとに約1000個減っていくので、まさに時間との勝負になってきます。とくに女性の年齢が40歳を超えている場合は、すぐに不妊治療の専門機関で検査をしてもらうことが大切です。ご夫婦でしっかりと話し合って、前向きに治療をスタートしましょう。



不妊治療における年齢と生産分娩率
（生産分娩数／総治療周期数） 出典：厚生労働省

【年代別妊活プランの参考スケジュール】

年代					
25～34歳	セルフのタイミング法	検査	病院でのタイミング法 2～3回	人工授精 3～4回	体外受精・顕微授精へ
35～39歳	セルフのタイミング法と並行して病院選びを開始	検査	病院でのタイミング法 1～3回	人工授精 1～3回	体外受精・顕微授精
40歳～	病院選びを開始	検査・病院でのタイミング法 0～1回		人工授精 0～1回	体外受精・顕微授精へ

「30代・40代の方でも大丈夫」何でも相談できる子宝のかけこみ寺

薬剤師・国際中医師の資格を持つ井上先生夫妻。相談は予約制のため落ち着いて相談できる。

煎じ薬、粉薬の調合も行う北摂でも数少ない漢方専門薬局。子宝相談は評判で同店の得意分野。親身で話しやすく、病院での治療やご主人さんのこと、職場の悩みなど相談される方も多い。40代の妊娠も多く、他県からも相談に訪れるそう。細かく時期や体調を見ながら、“今”必要な漢方で体を整えていく。精子数、運動率の改善実績も豊富で、自然での妊娠を希望されている方にも心強い。

数多くの妊娠実績あり。喜びの声など、詳しくはHPで。

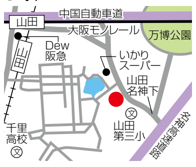
統合医療生殖学会学術理事の貴文先生。不妊治療の勉強会では講師を務める。

喜びの声

- 不妊治療をはじめて7年。年齢的にも最後だと思い相談に。柚花香房さんで漢方を始めてから9か月後に体外受精で妊娠。諦めかけていた赤ちゃんについに出会うことができました。ありがとうございました。もっと早く相談に来ていればよかったです。(高槻市・43歳女性)
- 生理周期が乱れがちで2週間で生理が来ることもあり、不正出血もたびたびありました。冷え症で常に体もだるく自然妊娠なんて無理かと思っていましたが、先生に「大丈夫ですよ」と言われ、漢方を始めて4か月で待望の第一子を妊娠。とてもびっくりしました。(吹田市・40歳女性)

漢方薬局 柚花香房

吹田市山田西3丁目57-20 ピアパレス王子101
営／平日9時～19時、水曜9時～13時、
土曜9時～17時
日・祝定休　P2台あり
06-6816-9677
漢方相談は電話でご予約を
『カードによる支払いで5%還元』
キャッシュレス・消費者還元事業店
柚花香房 で検索



不妊症と好相性の漢方で本来備わる「妊娠力」を高める

「妊娠への一歩目として、まず身体の準備を整えてあげることが必要です。」と西口先生。漢方には、女性ホルモンのバランスを整えたり卵の質を良くするなど、女性に本来備わる“妊娠力”を高める効果が。身体への負担もなく、西洋医学との併用も可能。先生自身、漢方で病気を克服した経験から「他の苦しんでいる人にも漢方を知ってほしい」と、この道へ。患者目線にたった親身な対応が評判。長年不妊に悩む人が授かった例も多数。まずは気軽に相談を。

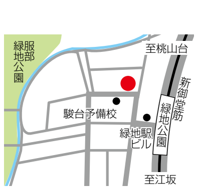
この写真の雰囲気の通り、やさしく相談しやすい人柄。国際中医専門員の資格を持ち、これまでの経験や豊富な知識から的確に体質改善へ導いてくれる。不妊症、アトピー、自律神経失調症など不調を感じたら相談してみて。

喜びの声

- 人工授精に5回失敗し体外受精を勧められましたが、その前に漢方を試してみたくて相談へ。病院での治療はお休みして漢方で身体作りをすることに。様々な不調がありましたが、2ヵ月後には頭痛、生理痛が改善、3ヵ月後には生理の血塊がなくなり、6ヵ月後に見事妊娠しました。（40代女性）
- 2年間不妊で、まずは冷え性を治したいと思い来院。頭痛や肩こり、めまい、不眠などとにかく不調が多かったのですが、2ヵ月後にめまい、不眠が改善、4ヵ月後には頭痛、肩こりが改善、5ヵ月後には体温が35度前半が36.7度で安定するように。10ヵ月後に妊娠しました。（30代女性）

春風漢方薬局

豊中市寺内2-2-22
シャトーエデン109
営／月～金　9時～19時半、
土　9時～18時
日曜・祝日定休
「予約制につき、電話でご予約を」
06-6151-2491
春風漢方薬局 で検索



朝8時～夜19時まで診療 お仕事と治療の両立が可能 生え抜きの胚培養士と生殖医療の専門医がサポート

なかむらレディースクリニック
中村 嘉宏 院長
大阪市立大学医学部卒業。生殖医療専門医、日本内視鏡外科認定技術認定医、臨床遺伝専門医。生殖補助医療胚培養士。

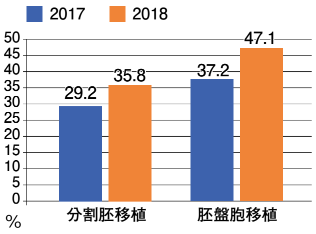
不妊治療において培養室は、心臓部とも言える重要な部門。当院では、厳しい院内の技術試験をクリアした生え抜きの胚培養士が、素早く丁寧な操作で顕微授精や凍結作業を行っています。研修時には各手技の所要時間の計測を行い、スピーディーな作業ができてから実践の場に出ます。実践の場でも、各胚培養士ごとの成績をフィードバックして、相互にレベルアップを図っています。

当院は自然周期での体外受精で世界的に有名な『加藤レディスクリニック』を中心とする〝永遠幸（とわこう）〟グループの一員であり、技術提携をしています。またタイムラプス等の設備も充実。医師は生殖医療、腹腔鏡手術のスペシャリストを揃え、40歳近い方の妊娠率もアップしています。

さらに当院は、仕事前や仕事終わりに通院していただけるよう、朝は8時から夜は19時まで診療を行っています。からだに負担の少ない自然周期での体外受精を行っているため、採卵の最適なタイミングを逃さないよう日曜祝日も休みなく診療しています。

医師、胚培養士、スタッフ一同全力で患者様のサポートに当たります。受診を迷っている方はまずは相談から。ぜひ一歩、踏み出してください。

《当院の妊娠率 2017年・2018年》



CLOSE UP 培養室 かけがえのない卵を妊娠へと導くスペシャリストたち

【胚培養士からのメッセージ】

- 私たち胚培養士は、かけがえのない大切な患者様の卵を扱っているため、どの作業においても慎重さが求められます。特に顕微授精はスピーディーかつ丁寧な手技が必要な上、卵子それぞれに特徴があるため十分な経験が必須となります。当院の顕微授精ではIMSIという方法で形態良好な精子を選別し、また、紡錘体観察装置を用いて卵子の紡錘体を同定し、紡錘体を避けて安全に精子を卵子に注入しています。この方法で、良好な受精率を保っています。
- 治療に関わった方が、無事妊娠された時の喜びは私たち胚培養士にとって大きなやりがいになっています。辛いことも多い不妊治療ですが、その中で希望を持って前向きに取り組んでいただけるよう、技術向上に努め、最大限にサポートさせていただきます。

なかむらレディースクリニック

吹田市豊津町13-45 第三暁ビル
診療時間／月～金：8時～11時、16時～19時
※木曜は8時～11時のみ
土日祝：8時～11時
06-6378-7333
https://www.towako-nakamura.com/

体外受精セミナー

毎月第2土曜日
定員40名（要予約）
残席わずか。お早めにご予約ください。
場所：なかむらレディースクリニック待合室
詳しくはHPか電話でお問い合せください。

「プレコンセプションケア」とマイクロ・テセなどの最新医療と並行して男性不妊治療の実績多数

うめだファティリティークリニック
山下 能毅 院長

大阪医科大学医学部卒業（医学博士）。日本産婦人科学会認定医、生殖医療専門医。大阪医科大学産婦人科学講師を経て、うめだファテイリティークリニック副院長就任。平成29年4月に院長就任。

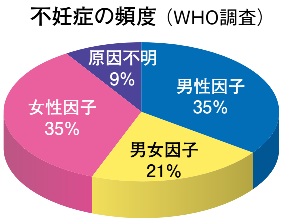
不妊の約半数は男性に原因があり、また男性も35歳頃から精巣機能に対する加齢の影響が出始め、精液量、精子運動率、正常形態精子の割合、総精子数が徐々に低下し、合わせて妊娠率も低下していきます。

特に総運動精子数は1年間あたり約250万個減少し、1年以内の妊娠率は25歳未満の男性と比較すると、35歳以上の男性では50%低下します。晩婚化が進み、男性の初婚年齢が年々上がっていることも、不妊症の増加につながっています。

女性も加齢とともに卵子の数が減り、質も落ちていきます。それを防ぐために、男女ともに効果的なのが、「プレコンセプションケア（妊娠前の健康管理）」です。当クリニックでは、不妊治療と並行して、こちらの指導も行っています。生活習慣、体格、食事、サプリメント、運動など妊娠前に改善しておいたほうが良いことなどを一人ひとりの状態に合わせて、アドバイスをしています。特に男性はストレスを溜めないことが重要です。

原因が男女半々にあることから、不妊治療はご夫婦一緒に進めていただくのが理想的です。当クリニックは男性不妊外来を設け、精液検査も行っているので、最初にご主人が来院されるケースが増えてきています。医師、胚培養士などスタッフが全力でサポートいたしますので、まずは一度、診察されることをおすすめします。

不妊症の頻度（WHO調査）



挙児希望カップルの10～15%が不妊症

ルーチン検査

- □精液検査
- □ホルモン検査（テストステロン・LH・FSH・プロラクチン）
- □精巣容積測定
- □精管の触知
- □精索静脈瘤の有無

男性不妊症の原因

造精機能障害	**83.0%**
・特発性（原因不明）	56.1%
・精索静脈瘤	35.9%
・その他	8.0%
精路通過障害	**13.7%**
性機能障害	**3.3%**

（平成10年度厚生省分担研究-白井班-より）

多くは特発性で、不妊原因を明らかにするのは困難

カフェのような待合室。充電用コンセントや男性用雑誌も充実。男性不妊外来の時間帯は、男性患者様のみの利用となっています。

診察室

CLOSE UP 男性不妊外来もあり、泌尿器科の専門医が担当

当院は、開院当初から不妊専門の3名の泌尿器科医による男性不妊外来を開設し、良好な治療結果を残しています。少しでも受診しやすい環境づくりを心がけ、男性専用フロア&待合室を設置しています。

また、無精子症の最新治療である「マイクロテセ」も導入。これは高性能な顕微鏡で精巣内の精さい管にわずかに残っている精子を探しにいくという唯一の治療方法です。こちらは局所麻酔で日帰り（当院）で行えます。

- **毎週 木曜日　夜診（17時半～19時半）**
- **毎月 第1土曜日　17時～19時**
- **毎月 第3土曜日　13時半～15時半**

不妊治療専門クリニック　医療法人聖誕会
うめだファティリティークリニック（旧宮崎レディースクリニック）

大阪市北区豊崎3-17-6
診療時間／9時～12時、13時～15時半、17時半～19時半
（※火曜午後14時～、木曜午後13時半～）
休診日：日曜、祝日、土曜の夜診
地下鉄中津駅下車 3番出口より徒歩約1分
阪急梅田駅茶屋町口下車 徒歩約5分
☎06-6371-0363
http://umeda-fc.org
※当クリニックは、特定不妊治療助成事業の「指定医療機関」です。

園田桃代ARTクリニック
院長 園田 桃代さん

不妊治療と仕事の両立に悩む方は増加 大切なのは「少しの工夫」と「前向きな姿勢」、「周りの理解」

近年では女性の積極的な社会進出や晩婚化などを背景に働きながら不妊治療をうける夫婦は増加傾向。平成29年の厚生労働省の調査では16%の方が仕事と治療の両立ができず離職したというデータも。今回は園田桃代先生に仕事と不妊治療の両立についてお話をお伺いしました。

当院では通院されている方の65%が、仕事と両立しながら治療を頑張っておられます。不妊治療は受診のタイミングが厳密に決められたり、予想外の来院が必要になることもあり、皆さんいろいろと努力や工夫をされながら妊娠という目標に向かい日々奮闘されています。昼休みを利用した時間帯での来院や、朝一番に採血だけして出勤し再度夕方受診される方などもおられます。仕事をしながらの治療はストレスに感じることもあるかと思いますが、仕事でキャリアを積み、少しずつ責任ある仕事を任されることが増えたり、仕事で楽しいと感じている女性を見ると、同じ働く女性としてとても嬉しく思います。頑張って働く女性を私たちは精一杯応援します。職場に治療を打ち明けづらい方は厚生労働省から出されている「不妊治療連絡カード」を利用してみるのも良いかと思います。企業側の寛容な対応が広がり、社会的理解が進むことを願います。また、皆さん自身もいつか赤ちゃんを迎えるその日のために、職場の仲間も応援してくれるように仕事も一生懸命がんばってください。

体外受精セミナー

11/16（土）・12/21（土）
13時半開場 13時45分～15時
千里朝日阪急ビル14F 会議室

［対 象］これから体外受精を考えている方
［内 容］卵巣刺激、採卵、体外受精、顕微授精、胚凍結、移植、妊娠率など。

『妊活』への第一歩 クリニック見学ツアー

11/9（土）14:30～

施設内をスタッフがご案内します！

「婦人科と不妊治療専門クリニックってどう違うの?」「受診前にクリニックの雰囲気を知っておきたい」など、どんな理由でもお気軽に参加ください。

かしこく妊活！妊活応援セミナー

11/30（土）12:00～ 場所：当クリニック 待ち合い室

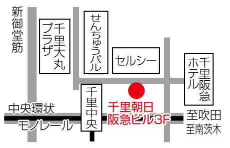
［対 象］妊活をはじめる方、妊活中、将来妊娠を考える未婚の方
［内 容］女性のからだとホルモン、男性のからだと心、妊娠までの道のり、初めての不妊治療、妊活中の女性の心などをテーマにお話します。

セミナー見学ツアーともに要予約。全て無料。
お電話（06-6155-1511）でのご予約、またはWEB予約をご利用ください。

園田桃代ARTクリニック

豊中市新千里東町1-5-3
千里朝日阪急ビル3F
診療時間／10時～13時、15時～18時
火・木・土曜日は午前のみ、日祝休診
☎06-6155-1511
http://www.sonoda-art.com

LINE@始めました



コープこうべだより

暮らし上手な皆さんにはおなじみのコープこうべ。魅力あふれるコープこうべの商品から、スタッフさんがオススメを厳選。思わず誰かに教えたくなるその理由に注目です。

コープミニ伏尾台

池田市伏尾台3-4-1
☎072-753-7631
営/9時～21時　無休（1/1～3を除く）

マネージャー **加納 早苗さん**　マネージャー **川上 雅与さん**

2名体制のマネージャーコンビによるおすすめ商品

育ち盛りのお子様がいる加納さん。「オススメはあじわい牛乳です。子どもが1日1本飲みます。味わいうどんはナスと豚肉を炒めて乗せる冷やしうどんや、水炊きのシメに」。また友人・家族思いの川上さんは「コープクオリティを差し入れに持っていきます。アーモンドリーフは友達同士で集まる時、ショートブレッドはバスケ部の妹の小腹がすいた時用に購入しています」。

オススメ商品
あじわい牛乳
（1000ml/232円）
コープこうべで一番支持されている商品。生乳100%で余計なものを混ぜないから甘みとコクが感じられる。

オススメ商品
味わいうどん
（2食入/118円）
タンパク質含有量が多い小麦粉を使用。冷凍うどんより柔らかく、なめらかでつるっとしたのどごしが人気。

オススメ商品
アーモンドリーフ
（8枚入/321円）
ヨーロッパの伝統的な焼菓子「フロランタン」をアレンジ。キャラメルがけしたアーモンドスライスがぎっしり。

オススメ商品
風味豊かな発酵バターのショートブレッド
（2本×6袋/321円）
バターをたっぷり使ったリッチな味わいのショートブレッド。甘すぎず、ほのかな塩味があとを引くおいしさ。

大阪府内の店舗一覧

シティライフも設置中!!

〈豊 中〉
- ●コープ東豊中　豊中市東豊中町4-3-13
- ●コープ蛍池　豊中市蛍池中町3-2-1
- ●コープ桜塚　豊中市南桜塚2-1-10
- ●コープミニ桜の町　豊中市桜の町2-1-6
- ●コープミニ泉丘　豊中市東泉丘2-14-20
- ●コープミニ城山　豊中市城山町2-5-12
- ●コープミニ西緑丘　豊中市西緑丘1-1-38

〈箕面市〉
- ●コープ箕面　箕面市桜ヶ丘5-6-6
- ●コープ箕面中央　箕面市坊島1-1-15
- ●コープミニルミナス箕面　箕面市如意谷4-6-19

〈池田市〉
- ●コープミニ伏尾台　池田市伏尾台3-4-1
- ●コープミニ井口堂　池田市井口堂2-7-18
- ●コープミニ上池田　池田市上池田2-4-6-101

〈吹田市〉
- ●コープ吹田　吹田市五月が丘西1-1
- ●コープミニ山田　吹田市山田東4-17-12-101

〈茨木市〉
- ●コープ茨木藤の里　茨木市藤の里1-10-2
- ●コープ茨木白川　茨木市白川2-2-10

〈高槻市〉
- ●コープミニ氷室　高槻市氷室町4-2-5

〈豊能町〉
- ●コープ新光風台　豊能郡豊能町新光風台2-18-5

〈島本町〉
- ●コープ島本　三島郡島本町青葉1-2-10

コープこうべ くらしの情報センター
0120-44-3100（無料・年中無休）
火～金：8時半～19時半　土～月：8時半～18時
※12/31～1/3は8時半～18時

From CityLife

CityLifeはココに設置しています

設置場所の情報はwebからご覧いただけます。右記QRコードかホームページからチェックすることができます。
CityLife で検索

From CityLife

CityLifeのホームページにも地元情報が満載!!

www.citylife-new.com　CityLife で検索

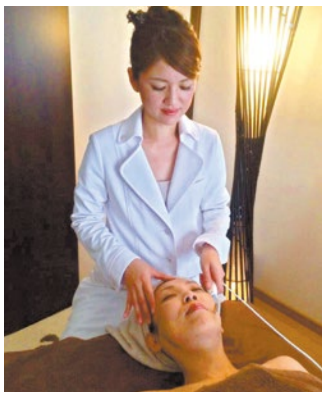
■ CityLifeの紙面情報をより詳しく、ご覧いただけます お店の情報を動画でチェック!
■ 地元のお店や読者のブログも掲載
■ スマートフォンからもご覧いただけます

★カテゴリーや地域分けで検索も簡単　★ブログの人気ランキングも表示　★新着ブログも写真付きでわかりやすい

CL LABO シティライフ研究所

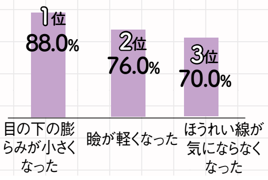
キレイの秘訣には理由がある （ANALYZING DATA FOR A BEAUTY SALON）

キレイになれるサロンをデータから徹底分析！



RESERCH プルメリアに通って、どのような変化を実感していますか？

「美容整形じゃなくても目の下のぷっくりたるみってなくなるんですね」と驚かれる方が多いです。独自システムで脂肪を撃退しているので、70代や80代の方も効果を実感されていますよ。



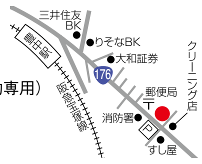
見た目年齢が劇的に若返る 切らない目の下のたるみ取り

急に老け込んだ…その原因は目元にあり!目の下のふくらみ・瞼のたるみ・目尻のシワに悩む40代～70代が多く通うプルメリア。目元に特化したメニューの効果を実感する人多数!「目の下のたるみ解消コース」がトライアル2,000円、「改善アンチエイジングコース」が3,580円とお得に受けられるので、まずは電話予約を。

(上)この道15年以上のベテラン加藤さん。フェイスラインもきゅっとひきしまる魔法のマッサージが評判!(左)顔の歪みにも影響を与える肩甲骨。リンパを流して浮腫みもスッキリ。

プルメリア

豊中市岡上の町4-1-7パヴィヨン602
営／9時半～18時(最終受付17時)
不定休
070-5340-5168(予約専用)
06-6849-8786
http://plumeriasalon.com



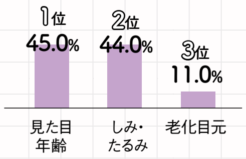
特典
「シティライフを見た」で
- 目の下のたるみ解消コース…トライアル2,000円
- 改善アンチエイジングコース………初回3,580円

(11月末まで・初回限定)

1秒間に150回程度振動し、最大2,700個の微小な隙間を一時的に形成。肌再生能力を最大限まで引き出し、美容成分を届けるメタジェクト。

RESERCH クチコミで広がるアンマンの技術。1番「変わった」と言われる部位は？

ピンポイント改善はもちろん、顔印象そのものが変わります。そのため「何かした?」「若返った!」などと周りの方に聞かれ、当店をご紹介いただくことが多いです。



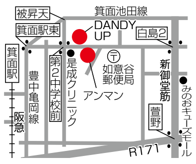
美容医療とエステの利点融合 “実年齢×0.8歳肌”を実現

美容医療レベルをエステで実現!アンマン渾身の新メニュー“メタジェクト。圧倒的な結果に、「周りからの反響がすごい」と施術を受けた方が続々リピーターになっているそう。マシンでは難しかった唇・目の際まで施術可能で、しわたるみ肌が驚きのぷっくらハリのある肌へ!

“夏枯れ速攻リセットフェイシャルは”悩みに直接アプローチする光フェイシャル、肉落ちをあるべき場所へ戻す小顔リフトアップフェイシャルを組み合わせた最強メニュー!

トータルビューティサロンサロン・ド・アンマン

箕面市如意谷1-6-4
営／10時～20時
予約制 無休 Pあり
072-722-2411
ダンディアップ
072-725-3660

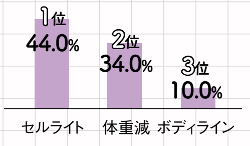


特典
「シティライフを見た」で
- 悩み特化型・光フェイシャル
(シミ・ニキビ跡・しわ・たるみ etc)………3,000円
- 小顔リフトアップフェイシャル
(顔全体のリフティングで“上がる”が続く)…3,000円
- 最上級美肌テクノロジーメタジェクト…10,000円
- 夏枯れ速攻リセットフェイシャル
(小顔リフトアップフェイシャル+光フェイシャル)
……………………………………8,000円

(11月末まで、要予約、新規の方のみ)

RESERCH ゲストの口コミで効果が実感できたとの声が多い部位は？

セルライトや体重減については徹底的に結果にこだわります。体質は一人ひとり違いますのでそれぞれに合わせたプログラムで痩せ体質に導きます。



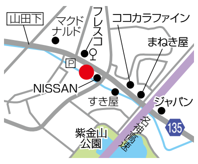
やせにくい体質を根本的に改善 リバウンドなしの美からだに

痩せやすい身体をつくるメニューが充実し40,50代を中心に支持を得る隠れ家的サロン。メディセルによるセルライトなどの部分的なケアだけでなく、美容トレーニングで「太る」根本とも言える体質自体を改善。「過去にダイエットに失敗した」という人は、メディセル×美トレでキレイなプロポーションを目指してみて。

セルライトは徹底的に。「3ヵ月で5kg減」という実績から本気で悩む人が訪れる。お子さまのお預かりやお食事もOK。

ヘルシースリム Juu 〈十全美容整体院併設〉

吹田市五月が丘北1-15
ベストレジデンス南千里4F
(亥子谷バス停降りてすぐ)
営／10時～20時(受付19時まで)
※完全予約制 日祝定休
06-6816-7897
ヘルシースリムJuu で検索

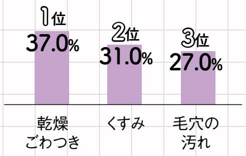


特典
「シティライフを見た」で
- 美脚・ヒップアップコース ………… 34,300円(4回)
- 全身コース ……………………… 42,000円(4回)
- 美トレボディチェック ……………… 5,500円(60分)
- 半身メディセル体験 ……………… 4,300円(1回)
- 美トレ・全身メディセル体験 ……… 12,500円(2回)

(12月末まで・要予約・新規以外も可)

RESERCH この時期に増え始める肌トラブルはなんですか？

11月は気温と湿度が急降下し、空気の乾燥も厳しくなります。肌の汚れを落とし充分な潤いが必要ですので、日常ケアで追いつかない場合は、ぜひご相談ください。



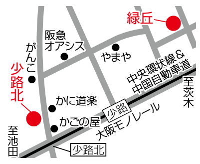
50分で叶える感動肌 濃密でていねいな贅沢時間を

気温・湿度が低下する屋外だけなく、暖房を使用する室内など、肌が乾燥にさらされるこの時期。深田恭子さんのCMでもおなじみ、良心的な価格で充実のメニューが受けられると評判の同サロン。11のステップと熟練のプロの施術で肌本来の美しさを引き出してくれる。デコルテまでケアしてくれるのも嬉しいポイント。乾燥・ごわつきが気になり始めたら早めのケアがオススメ。この時期こそ潤いに満ちた素肌を手にいれて。

ゆったりとした店内で、極上のリラクゼーションを体感して。

メナードフェイシャルサロン

少路北店 豊中市桜の町6-10-3 3階 Pあり
06-6868-9466 (担当:大喜多)
緑丘店 豊中市緑丘1-28-8 Pあり
06-6854-8638 (担当:中島)
営／9時~19時
不定休
(時間外要相談)



特典
「シティライフを見た」で
スタンダードコース50分(イルネージュ使用)6,600円 +
ハーブピーリング1,100円…通常ビジター価格7,700円
→初回お試し2,200円(11月末まで・完全予約制)

安心・安全・美肌 ハイパースキン脱毛

痛くない脱毛、私でも大丈夫

子ども脱毛～メディアで話題の介護脱毛まで 一人ひとりに寄り添う脱毛サロン

当サロンのハイパースキン脱毛は1回で効果を実感できます。お子様の脱毛実績も多く、最近では将来に備えVIO脱毛などされるゲストも。落ち着くプライベート空間で1人のスタッフが担当し、無理な勧誘・販売なども一切ありませんので安心してご来店ください。

＼先着5名様限定／

顔&全身12回脱毛コース(VIO別)	Aコース ひざ下(ひざ含む)、ひじ下、ワキ、鼻下 各12回コース
50%OFF 300,000円	160,000円

※シティライフを見たとご予約で、料金は税別価格

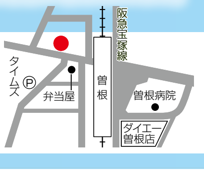
施術メニュー

ワキ	4回	8,800円
鼻下	4回	8,800円
Vライン	4回	11,000円
顔	4回	22,000円
ひじ下	4回	22,000円
ひざ下	4回	26,400円

※4回コースは1年間回数保証
※料金は税別価格
※勧誘もなく明記料金以外一切不要
※色々お得な12回コースもございます

メディアでも話題の介護脱毛。40・50代のうちにVIO脱毛・顔脱毛などされる方が増えております。

脱毛専門 BBB豊中店
[要予約] 06-6858-0817
驚きのビフォーアフターはこちらから ホームページ インスタ
営業時間/10:00～19:00 定休日/毎週火曜、第2・第4水曜 阪急「曽根」駅改札でて左へ30秒



年賀状 早期印刷割引 2020 11月30日(土)まで

1. 年賀状印刷をご注文いただくと、印刷代金を 10%OFF
＋
2. チラシ、はがき(DM)、WEB割引ページ、ハンズアプリ割引券、いずれかをご提示いただくと さらに 10%OFF

合計20%OFF
※他の割引サービスとの併用はできません。

ハンズクラブアプリ 江坂店を「お気に入り店舗」に登録しよう! 店舗限定のイベントやキャンペーン情報をお届けします。

Twitter はじめました! @Hands_Esaka

TOKYU HANDS 東急ハンズ江坂店 吹田市豊津町9-40 電話 / 06-6338-6161 https://esaka.tokyu-hands.co.jp/

全国1位の痩身サロンの最強メニュー「痩身モンスター」と温活メニューであの頃を

お客がお客を呼ぶ口コミでも人気

全国ダイエットコンテストで1位に輝いた同店は「何をやっても痩せなかった私が2ヵ月で6kg減！」「体調もよくなり痩せやすい体質になった」など、健康的に痩せられると評判でお客がお客を呼ぶ人気の実力派サロン。店長の中西さんは「お客様それぞれで体質や生活習慣も違います。どのメニューが効果的かを考えメニューや食生活についての提案をしています」と話す。定期的な社内コンテストで技術力とサービスの向上に取り組んでいるようだ。

創業37年だから実現できた痩身コース

昨年誕生した「痩身モンスター」は今イチ押しの人気コース。脂肪を溶かす・脂肪を燃やす・ボディーを引き締める3つの施術を同時に受けられるマシーンで脂肪を刺激。同時に受けることで相乗効果が生まれ、たるみで付いたお腹と背中の線がなくなり、美しいくびれが現れる。それだけでは終わらず有資格者によるオールハンドの「水分回収」で毒素を排出する。これぞ37年の実績の秘訣。

もう一つの人気コースが「ゲルマニウムベッド」だ。特別なベッドで寝ながらオールハンドの施術と骨格調整を受けるだけでフルマラソンに匹敵するカロリー量を消費するほど新陳代謝が向上する。体重を落としながら体質の改善もできると評判。健康で若々しい身体を手に入れよう。

RESERCH エステに行って「痩せよう」と思うきっかけで多い理由は？

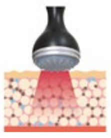
きっかけも悩みもお客様一人ひとり違いますので、それぞれに寄り添ったカウンセリングを行い短期間で美しく痩せられるダイエットを提案しています。エステは無理なく、いつからでも始められるので気軽に体験にきてください。

- 1位 55.0% 健康面
- 2位 25.0% 昔の服が着れない
- 3位 20% 家族に言われた

ひとり一人にあった効果のあるメニューを相談しながら作っていく。

効果絶大4大施術

①【特殊超音波で溶かし出し】
特殊な超音波で脂肪細胞を振動させて体内から流し出す。



②【ラジオ波で徹底燃焼】
ラジオ波で奥深くの脂肪を振動。代謝が活発に。

③【吸引&EMS】
脂肪を吸引しながら、微弱電流で引き締めるため、リバウンドが少ない。

【マシーン後の水分吸収】
体内の毒素を全国トップレベルの技で流し出す。

After　Before

2ヵ月間で体重−6kg、ウエスト−10cmに成功！後ろ姿が一目でわかるほどすっきりした印象に。

医療機関提携サロン ファニービー
http://www.funny-bee.jp/
ゲストの喜びの声はHPに掲載！

■吹田店 06-6386-0013
吹田市片山町1-6-23
グランロゼビル2F
JR吹田駅東出口から徒歩1分
営／月曜～金曜11時～20時
　土曜・祝日10時～18時
日曜定休　Pあり

■高槻店 072-672-5520
■茨木本店 072-645-1107

Menu
- 下垂バスト豊胸コース（90分）………初回5,000円
- 毛穴すっきりクリーンコース（60分）…初回4,400円

特典 「シティライフを見た」で
- ゲルマニウムベッド（90分）……………3,000円
- 痩身モンスター（70分）……………5,500円

（初回の方のみ、11月末まで）

RESERCH アンマンのボディ施術を受けて、結果が出ている部位はどこですか？

1位は"攻め痩せお腹コース"での結果。1回の施術で「今までのパンツがゆるくなった」、「便通が改善された」など多くの喜びの声をいただいています。

- 1位 55.0% 腰回りやくびれ部分
- 2位 32.0% 太ももの内側
- 3位 28.0% 背中の脇肉

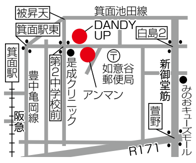
プロ技で"痩せやすい+魅せる"褒められメリハリボディへ

体重は減ったけど寸胴体系、皮が残る、と悩んでいた人を驚くほど綺麗なボディに仕上げる同店。コリなど気になる部位は念入りに施術してくれ、スッキリ楽になるのも高ポイント。「家族から背中が小さくなったと言われた」など褒められボディを作ってくれる実力派サロンだ。

ゲストに適したマシンと匠なハンドの合わせ技で、身体の奥の隠れたセルライトまでつぶして体外へ排出！

オーナー自身もアンマン施術でのダイエット成功者。10年経ってもリバウンドなし！

トータルビューティサロン サロン・ド・アンマン
箕面市如意谷1-6-4
営／10時～20時
予約制　無休　Pあり
072-722-2411
ダンディアップ
072-725-3660



特典 「シティライフを見た」で
- 攻め痩せお腹コース……………3,000円
- 冷え太り対策！スラット美脚コース……3,000円
- 背中美シルエットコース……………3,000円
- ダンディアップ無痛ひげ脱毛、おなか痩せ……………各5,000円

（11月末まで、要予約、新規の方のみ）

オーナーの山田さんは長年フェイシャルエステを行ってきた実力の持ち主で遠方から通う人多数。くすみがなくピーンとハリのある肌へ導いてくれる。

古民家を改装した落ち着いた和の雰囲気。
※ポイント還元対象店舗。カード利用もOK！

RESERCH 人気のシミデトックス+フォト美顔。効果を感じたのはどこですか？

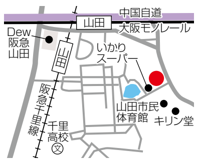
シミや美白なら大体1回で効果を実感される方が多いです。無理な勧誘は一切せず、お試しされたら一度ご帰宅いただいて、いいなと思ったらまた来てください、と伝えています。

- 1位 98% シミが消えた
- 2位 88% くすみが取れた
- 3位 65% たるみがなくなった

「何やったん？」驚きのハリツヤシミ・シワのない若肌へ

「ここに通うようになってから周りから肌のことを本当によく褒められる！」と、脅威の美肌回復力が評判！見た目年齢を大きく左右するシミ・シワに働きかけ、もっちりした弾力ある肌へ導いてくれる。70代の方のお肌もまるで40代のよう。1人ひとりの予約の間隔をゆったり取り、丁寧に施術してくれるのも嬉しい。

私のサロン
吹田市山田西4-16-5
営／10時～19時
日・祝日定休
06-6875-1577



特典 「シティライフを見た」で
- シミデトックス10分あて放題……………4,500円 ※目安20箇所
- シミ1個（直径1～2ミリ）20分あて放題…8,000円 ※目安40箇所

さらに効果を高めたい方
- フォト美顔プラス3,500円
- デトックスドリンク1杯サービス

※全て税別（要予約、新規限定、11月末まで）

いま！シティライフをご覧のみなさま！
しわ・たるみを速攻ケア！950円税込から実感できます

江坂下肢静脈瘤クリニック 東京中央美容外科 院長 小野眞

人気NO.1 若返り注射 ヒアルロン酸 or ボトックス
4箇所から選べる 眉間 ほうれい線 目尻 えら
初回 各950円 税込 1箇所あたり

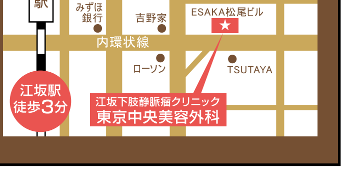
人気NO.2 レーザータイトニング
切らずにリフトアップ
初回 2,950円 税込 1回

東京中央美容外科のしわ・たるみ治療の5大特長
- 効果を実感：気になる部分のお肌の内部に直接注入するので効果を実感いただきやすいことが特長です。
- 効果が長期的に持続：注入して1年ほどかけて吸収していくので、長期的な効果と自然な若返りが期待出来ます。
- ダウンタイムが少ない：ダウンタイムがほぼなく、治療後すぐに洗顔やメイクも可能！次の日から普段通りの生活が出来ます！
- 美肌効果を発揮：特殊な光が肌深部まで届きコラーゲン生成を促進！リフトアップとともに美肌効果を発揮します！
- ほとんど痛みがない：最新機器を使用するため、痛みをほとんど感じない治療が可能です！

肌に悩む多くの女性が選んだクリニック！
東京中央美容外科がお客様に約束する3つの安心
- 安心1 経験豊富な先生が多数在籍しているから安心
- 安心2 低価格で高品質な治療をご提供、無理な勧誘もないから安心
- 安心3 治療後も充実のサポートが整っているから安心

TCB 江坂下肢静脈瘤クリニック 東京中央美容外科
ご予約の際には「シティライフ見た」とお伝えください
0120-852-825
〒564-0063 大阪府吹田市江坂町1丁目21-17 ESAKA松尾ビル3F 【診療時間】10:00～19:00/不定休
※当院には専用駐車場がございません。お車でお越しの場合は、周辺のコインパーキングをご利用ください。
※自由診療となります。※表示されている価格は予告なく終了する場合がございます。※効果には個人差がございます。

WEB予約 24時間受付中！
医療ローン制度あり
会員制ポイントカードあり
駐車場料金サービスあり



だからかよっているのです

常連客の口コミで選ぶ おすすめHAIRSALON

REVIEW OF REGULAR CUSTOMERS

確かな技術と丁寧な接客で 40代以上に支持されるヘアサロン

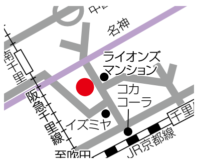
「グレイカラーをオシャレに楽しみたい」という方も「BEBOOLE」なら明るめのカラーが提案可能。「ボリュームが出にくい」といった中高年特有の悩みにも幅広い提案力で悩みを解消してくれる。「キレイになってほしい」という想いと、それを可能にする確かな技術に定評あり。

Menu
- リタッチカラー(シャンプー・ブロー込)………3,300円
- フルカラー(シャンプー・ブロー込) …………3,850円
- パーマ(シャンプー・ブロー込)………………3,850円
- 縮毛矯正…11,000円(超ロング+1,000円)※縮毛矯正のみ

特 典

「シティライフを見た」で(12月末まで、他券併用不可、新規のみ)
- カット(ブロー込) …………………2,700円→**2,400円**
- カット+カラー +トリートメント………8,300円→**5,670円**
- カット+パーマ+トリートメント………8,300円→**5,670円**

BEBOOLE
〈ビブール〉
吹田市山田南30-18
ディアコートミキ2F
営/9時半～19時
月曜定休　予約優先制
06-6318-6100



友達から「髪型いいね、美容室どこ?」ってよく聞かれます。予約なしで、買い物ついでに立ち寄れて便利です。

REAL VOICE by Mさん

カット+ブロー1,000円ぽっきり 業界注目のカット専門店

大阪・神戸に5店舗、カット専門のエンジョブは価格以上の技術力が評判で、今関西で勢いのある美容室だ。経験豊富なスタイリストが多数在籍しており、スピード感をもって仕上げてくれる。お年寄りから3歳のお子さんとママ…など客層も幅広い。どの店舗も駅から近いので、学校や仕事帰りにも通いやすい。11月から全店火曜が定休日となるのでお気をつけて。

Menu
- カット+ブロー …………… 1,100円～
- シャンプー付きカット ……… 1,500円～

特 典

この記事持参で2名まで
- カット+ブロー …… **1,000円**

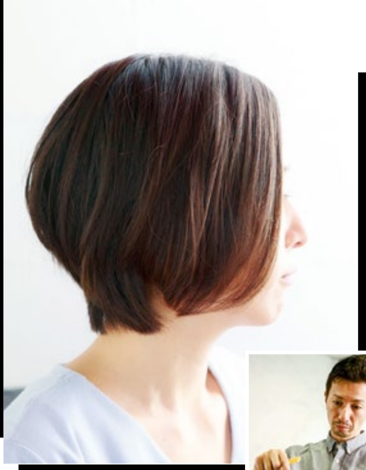
(11月末まで、他券併用不可)

エンジョブ豊中店
豊中市玉井町1-10-1
ウエダビル2F
営/月曜～木曜9時半～18時半
金・土・日・祝9時半～18時
火曜定休
06-6854-7008

※阪急豊中駅9番出口すぐ

エンジョブ石橋店
池田市石橋2-2-11 2F
営/月曜9時半～14時半、
カラー受付12時、土日祝9時半～18時
月曜以外の平日9時半～17時、
カラー受付14時　火曜定休
072-762-1121

※阪急石橋駅東出口すぐ



自分で扱いやすい髪型にしてもらえるので、お気に入りの髪型を長く楽しむことができます。

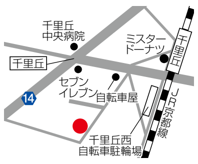
REAL VOICE by Mさん

オーナーの高い技術力に遠方からのゲストも。予約はお忘れなく。

特殊技巧による絶妙カットが叶える美しいシルエット 自宅でのセットも簡単に

髪の毛を傷ませない特殊なカット技法で、美しい髪をキープできると定評あるのがSUCRE。全体を細かく丁寧に調整するので収まりが良くなり、前後左右どこから見ても美しいシルエットに。自宅でのスタイリングも簡単になり、お気に入りの髪を長く楽しめる。オーナーの高い技術力に惚れ込んで遠方から来店するゲストも。トリートメントもついているので、長くキープできる。

SUCRE〈シュクレ〉
摂津市千里丘2-10-3 1F
営/平日10時～20時
(日祝～19時)
毎週月曜、第3火曜定休　予約優先
06-6339-6623
http://sucre-hair.amebaownd.com



特 典

「シティライフを見た」で
- カット+トリートメント ………… 3,900円→**3,400円**
- カット+カラー+トリートメント … 8,700円→**7,300円**
- カット+パーマ+トリートメント… 8,700円→**7,300円**

その他単品**全メニュー10%OFF**
※長さの変動なし(新規の方、11月末まで)
消費者庁認定の5%還元キャンペーン実施店
※クレジット、paypayのみ

ペン習字　かきかた　筆ペン　毛筆

公文書写教室の先生になりませんか

安心のサポート 充実した育成制度

自宅・貸し会場で開設可能

KUMON

25歳～60歳までの文字を指導すること、文字を学ぶことに関心のある女性の方のご参加をお待ちしております。
※指導者を目指す方のための養成制度もございます。

＊11月の教室開設説明会《10:00～12:00(2時間)》

地区	日	会場
高槻	11/7(木)	ワークホテル高槻 7F 会議室 JR京都線「高槻駅」より徒歩3分、阪急「高槻市駅」より徒歩5分
なんば	11/7(木)	パークスタワー 7F A2会議室 南海電鉄「なんば駅」中央口・南口直結、地下鉄御堂筋線「なんば駅」南改札口より徒歩約7分
北河内	11/12(火)	大東市立生涯学習センター アクロス4F 特別会議室 JR学研都市線「住道駅」下車 徒歩1分(駅と連絡通路で直結)
吹田	11/13(水)	ホテル阪急エキスポパーク 本館3F きじ・ひばり 大阪モノレール「万博記念公園駅」下車 徒歩5分※ホテル内駐車場3時間まで無料
梅田	11/14(木)	阪急グランドビル 26F 11号室 JR「大阪駅」、阪急・阪神「梅田駅」より徒歩5分

●当日ご都合の悪い方は、お気軽にお問い合わせください。
※教室を開設する方はフランチャイズ契約を結ぶこととなります。詳細はWEBサイト、または説明会にて。

公文エルアイエル　当社は公文グループで書写の教室を全国展開しています。
0120-410-297
〒532-8511 大阪市淀川区西中島5-6-6公文教育会館6F
●詳しくはWEBサイトまで　公文書写 先生　検索

伝言板

掲載お申込みの締切 毎月10日

教えます

■ **川上ギター教室(初心者より)**
066380·8673千里丘6イズミヤすぐ

■ **ピアノ・ボイストレーニング・**
フルート·ギター·バイオリン·サックス·トランペット·ウクレレ
体験有 0120·08·1871松本楽器

■ **お琴教えます　出張可**
☎06-6852-3395　今井

■ **自信つくまで腹式発声·歌唱指導**
出張·個人指導 石井072·623·6568

■ **箏·三絃教室 淀の会 長野雅子**
090-3996-9514 JR千里丘駅
http://www.yodonokai.com

■ **発声・歌唱指導致します　チカ**
豊中市 saengerchika@gmail.com

■ **出張着付け　きものぺこら舎**
http://kimono-pekorasya.com

■ **MEAクリスマスパーティー♪**
12月14日(土) 18時～21時開催!
[参加自由]英会話で楽しいクリスマスを![参加者特典]入会金無料
MEA英会話 ☎06-6875-6458
http://www.bestmea.com

サークル募集

■ **シニアお茶を楽しむ会**
豊中市 ☎090·3285·9960

結　婚

■ **阪神間で質の高い良縁紹介!**
マリッジ宝塚 ☎0797·88·3746

申込方法

「内容·氏名·住所·TEL·FAX」を記入の上、FAXかハガキかEメールでお送り下さい。1行15文字(初行のみ14字。英数字は2文字で1字扱。)2,750円**「教えます」のみ1,650円。**新規の場合は振込確認後の掲載となります。お申込みを頂いた際に郵便局の振込先をお知らせしますのでお手続き下さい。

〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23
シティライフ·伝言板係
FAX 06·6368·3505
Eメール dengon@citylife-new.com
問合せ/06·6338·0640

シネマ情報

CityLifeシネマ担当(デコジュン&nanako)が選んだおすすめ作品と、近隣劇場の上映スケジュールをお届け。

ひとよ

推薦者:デコジュン

11/8(金)公開　TOHOシネマズ梅田他全国公開

©2019「ひとよ」製作委員会

監督:白石和彌
出演:佐藤健、鈴木亮平、松岡茉優、田中裕子

三人の子どもを守るため夫を殺害した母親が15年ぶりに帰ってきた。事件以来、心に傷を抱えたまま成長した長男、次男、長女。思い描いた人生とは程遠い日々を送っている。再会を果たした彼らは、葛藤と戸惑いの中、一度崩壊した絆を取り戻すことが出来るのか…。

天才たちの頭の中 世界を面白くする107のヒント

推薦者:nanako

11/1(金)公開　シネ・リーブル梅田ほか

©2018 Emotional Network

監督・製作:ハーマン・ヴァスケ
出演:デヴィッド・ボウイ、クエンティン・タランティーノ

世界中のセレブリティに「あなたはなぜクリエイティブなのですか?」と、30年以上問い続けるヴァスケ監督。デヴィッド・ボウイ、ダライ・ラマ、ホーキング博士、オノ・ヨーコほかファッションデザイナー、作家、建築家、政治家…にインタビュー。107人の珠玉の言葉に心が動かされる。

※PG12・・・小学生には助言・指導が必要となっております。 ※R15+・・・15歳以上の方がご覧になれます。 ※R18+・・・18歳以上の方がご覧になれます。

109シネマズ箕面

http://www.109cinemas.net/minoh
[箕面市坊島4-1-24　みのおキューズモール内　音声案内 0570-001-109]

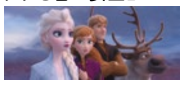
<今後の上映>
- マチネの終わりに(11/1～)
- 閉鎖病棟 ―それぞれの朝―(PG12)(11/1～)
- IT/イット THE END "それ"が見えたら、終わり。(R15+)(11/1～)
- ターミネーター ニュー・フェイト(11/8～)
- シネマ歌舞伎「女殺油地獄」(11/8～)
- ひとよ(PG12)(11/8～)
- ブライトバーン 恐怖の拡散者(PG12)(11/15～)
- オーバー・エベレスト 陰謀の氷壁(PG12)(11/15～)
- 影踏み(11/15～)
- アナと雪の女王2(11/22～)
- 決算!忠臣蔵(11/22～)
- ドクター・スリープ(11/29～)

<今月のオススメ>

IT/イット THE END "それ"が見えたら、終わり。

©2019 WARNER BROS. ENTERTAINMENT INC. AND RATPAC-DUNE ENTERTAINMENT LLC. ALL RIGHTS RESERVED.

アナと雪の女王2



©2019 Disney. All Rights Reserved.

109シネマズ箕面
平日鑑賞券をプレゼント ペア5組

■応募方法
●はがきの場合:〒、住所、氏名、年齢、職業、性別、電話番号を記入し、〒566-0001　大阪府摂津市千里丘1-13-23 CityLifeシネマ『109シネマズ箕面鑑賞招待券プレゼント係』まで
●WEBからの場合:http://present.citylife-new.com/
●締切:11月20日(はがきは必着)　※個人情報は弊社にて厳重に管理し、鑑賞券発送以外には使用いたしません。※当選結果は発送をもって代えさせて頂きます。

思い立ったら 習い事をはじめよう

〈 習い事・スクール特集 〉

興味の幅が広がるカルチャースクール・習い事を紹介します。

ボーカル教室

初めて歌を習う方も、すぐに上達できる まずは無料の30分体験レッスンへ

気さくな先生達による親切丁寧なボーカルレッスンで、すぐに歌が上達すると話題のUSボーカル教室。発声の基礎はもちろん、豊かな表現力まで教えてくれるので「音痴が治った」、「カラオケで上手くなったねと褒められた」など効果を実感する声が続々。まずは30分の無料体験レッスンから始めてみよう。

MENU

- グループレッスン(2〜3名)　月謝:8,800円(4回)
- 個人レッスン(1名)　月謝:11,000円(2回)

30分の無料体験を実施中。申込・詳細は右記QRより

特　典

「シティライフを見た」で　● 初月謝3,000円引き

上記コース料金より割引(11月30日まで)

USボーカル教室 江坂駅前校

〈ユーエスボーカルキョウシツ〉
吹田市豊津町1-25
森田ビル3F
受／10時〜20時

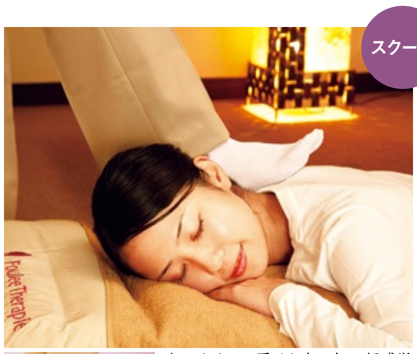
0120-1692-88

USボーカル 江坂 で検索

▲無料体験レッスンはコチラ

スクール

人を虜にする癒し術 疲れや不調をリセット



(上)これまでに受けた事の無い新感覚の気持ち良さ。まずは体験してみて!

(左)ふくらはぎマイナス1〜2センチも夢じゃない!効果がすぐに感じられる驚きのマッサージをぜひ!

足を使って全身をほぐす、新感覚の美容健康法「フーレセラピー」。短時間で身体の芯までほぐされて全身スッキリ。脚の広い面を使って優しいタッチでほぐされるので、痛みやもみ返しが無くリラックスして受けられると人気。慢性的な肩こりや腰痛でお悩みの方にもオススメ。代謝が上がることで体温の上昇はもちろん、小顔効果やスリム効果も期待できるなど美容効果も大きい。まずは、これまで味わった事の無い新感覚の気持ち良さを体験してみよう!

フーレセラピーアカデミー

大阪校
大阪市北区芝田1-4-8
北阪急ビル2F
電話受付／9時〜18時

0120-3229-20

フーレ で検索

資料請求・予約・問い合わせはコチラ!

フーレセラピー無料トライアル

【日程】11/20(水)・21(木)・22(金)・23(土)
12/12(木)・13(金)・14(土)・15(日)
【時間】10時〜、13時〜、16時〜、19時〜(各2時間)
※完全予約・定員制(先着順)
※スクールはいつでも入校可

プリザーブドフラワー

お正月・クリスマスを可愛く彩る オリジナルのプリザアレンジを

玄関にリビングに飾れる、お椀程度の大きさのアレンジ。(金屏風、台座等はレッスン対象外)

プリザーブドフラワー、ハーバリウム、アロマワックス……。見ているだけで癒される可愛い作品たちを自分で作ることができる同教室。これからの時期にぴったりのクリスマス・お正月向けの作品を作ることができるレッスンが登場!先生は優しく気さくな人柄で、丁寧に教えてくれるので初心者の方もご安心を。

お正月飾りワークショップ
令和初の正月を彩るオリジナルアレンジ

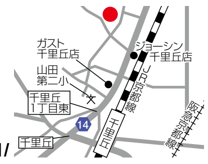
開催日時:12月11日(水)、13日(金)・13時〜
費用:4,000円(税別)
定員:15名
※別日も可能、その場合4,500円。要予約。

プリザーブドフラワーのレッスンも。自分好みのアレンジメントを作り、日常から離れる夢中になれる時間を。

クリスマスのハーバリウム(1,800円〜)。クリスマスを自分色に彩りたい方に。

Story〈ストーリー〉
吹田市新芦屋上2丁目
(詳しくはお問合せください)
Pあり

090-5048-5524
http://ameblo.jp/story0111/



特　典

「シティライフを見た」で
● プチプレゼント付き
(要予約・11月末まで・新規の方)

「馬ってこんなに可愛いの!乗馬って楽しい!」 ドキドキが笑顔に変わる「試乗会」

試乗体験者:千賀子さん
子育ても一段落、何か新しいことにチャレンジしたいと模索中。運動は週一のフラダンスだけの私、できるかな?

相棒は人懐っこいアミティエ君。すごく可愛くてハグしたいくらい!ここには110頭もの馬がいるそうです、驚き。

初めての乗馬にドキドキだったけど、高さや揺れに慣れると楽しくなってきました。歩く、止まるなどの合図や褒め方も教えてもらいました。

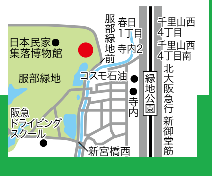
アミティエくんと意思が通じて一緒に動けることに感動しました。海外旅行で乗馬ツアーも夢じゃない!?手ぶらで参加できるのもいいですね。

インストラクターの竹本さんの説明はわかりやすくて、しかも面白い。心強いリードのおかげで、小走りまでできるようになりました。

特典「シティライフを見た」とご予約の方、乗馬試乗会無料ご招待
(新規の方・1回限り)(11月末まで)

別途、馬具レンタル料・保険代合計:
平日1,850円・土日祝2,400円
●所要時間90分(試乗20分+厩舎見学+同クラブシステム説明)
●体重80kgまでの方
●小学生〜70歳対象
●未成年は保護者同伴
試乗時間を10分延長!入会時お得な割引あり

豊中市服部緑地1-5
営／平日9時〜20時、土日祝9時〜18時
電話受付／平日8時半〜18時、水曜13時〜18時
火曜(全日)、水曜午前休
要予約 有料駐車場あり ※動物取扱業登録済



緑地公園
服部緑地乗馬センター
06-6863-0616 担当:竹本
https://www.hattori-jobafoundation.com

コナミスポーツクラブプログラム in 万博記念公園

日時 | 11/9(土)10:00〜17:00
場所 | 東の広場

万博記念公園の芝生の上でヨガやボディコンバットを楽しみませんか?

コナミスポーツクラブのスタジオ人気プログラムを開催します。プログラムはヨガ(キッズ同伴可・通常プログラム)・格闘技系プログラムのボディコンバット、ダンス系プログラムのボディジャムなどを実施!

料金 | 有料
主催 | 万博記念公園マネジメント・パートナーズ
協力 | コナミスポーツ(株)・(株)JTB・シティライフ
H P | https://jtbsports.jp/events/events-detail.php?id=7108

〈申込み・詳細〉※申込みはWEBのみとなります。

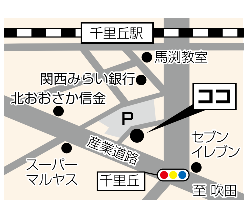
おかげさまで9年目!専門店だからできる 金 プラチナ ブランド品 高価買取!!

ただいま"金"価格高騰中!!

10/8(火)現在の金相場による買取価格

K24 → 5,437円
K18 → 4,148円
今がチャンスです!

金相場の変動により、ご来店時に買取金額が変更となる場合がございます。



千里丘西口より徒歩約2分
入りやすい1階路面店
目の前にコインパーキング有り!
(有料)※1時間無料駐車場券お渡しします(ご成約の方に限り)

金券・テレカなども絶賛買取中!

当店ではお客様の商品を目の前で一点一点、丁寧にスピード査定!

買取&販売 ボスフル千里丘店

摂津市千里丘1-10-3
営／11時〜18時30分(日祝〜17時)
定休／毎週木曜日、第2・4水曜
06-6330-5011 www.bossfull.com

2019 12/8(日) レトロ&雑貨 vol.14 開催!

入場 FREE 無料

ものづくりがすき、ふるいものがすき
そんな人々に楽しんでもらえるイベントです

レトロ、ハンドメイド、雑貨、フラワーなど約50のShopが12/8(日)、いこらも〜る泉佐野に大集合します!皆様のご来場心よりお待ちしております。

詳しい内容はInstagramをチェック!
→ SNS http://instagram.com/ladybird2008/

日　時 2019年12月8日(日) 10:00〜17:00
交　通 アクセス 【お車】阪神高速(4号湾岸線)泉佐野北出口から約5分 【電車】南海本線「井原里」駅から徒歩約5分
場　所 いこらも〜る泉佐野(泉佐野市下瓦屋2-2-77)

※詳しくはこちらをご覧ください → SNS http://instagram.com/ladybird2008
【主催・お問合せ先】lady bird TEL. 090-7497-4523

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ

Kids & Mom

スクール選びの決め手!

名物先生をご紹介

イングリッシュワールド(英会話スクール)

アラン 先生

英会話、受験英語など幅広く英語教育に携わる。保護者から"エンターテイナー"と呼ばれるほど、明るく楽しいレッスンで子どもたちからも大人気!

「来年もアランのクラスがいい!」と生徒から絶大な人気を誇る。生徒の反応を引き出すのが上手で、英語がはじめての子でもアランのレッスンですぐになじめるようになったと、保護者からの信頼も厚い。生徒それぞれの個性に合わせてコミュニケーションを取り、可能性を引き出す仕掛け満載のレッスンが魅力!

イングリッシュワールド(英語学童)

マイク 先生

カナダ出身。子どもの英会話講師として約10年のベテラン。生徒や保護者から人気が高く、外国人講師のまとめ役としてスタッフからの信頼も厚い。

「子どもたちに英語を好きになってもらいたい」という想いが強く、時間さえあればテキストやカリキュラムを作るなど教育熱心。恥ずかしがり屋で英語が苦手な子も、マイクにかかれば英語好きになり、コミュニケーションも抜群にとれる子に変わるほど、与える影響がすごい先生だ。

kaupili キッズプレスクール

伊田 先生

幼稚園のクラス担任や保育園での経験など、約10年間幼児教育に携わる。自身の子育ての経験からも、「子育てが楽しくなる手助けもしたい」と話す。

「できるだけたくさんの『できた!』という経験や頑張れる力、思いやりの心など、今後の糧となる力をつけさせてあげたいです」と伊田先生。これまでの幼児教育の経験から、子ども目線に立って楽しみながら力が身につくようレッスンも工夫されている。子ども達への接し方や細かな気配りに保護者からの信頼も厚い。

国際外語センター

ジョージ 先生

子どもの英語指導歴10年の経験豊富な先生。いつも明るく情熱的。"楽しく教える天才"と同校の代表にも言わしめるレッスンが大人気!

「Sit up straight!(姿勢を正しく)」から始まるジョージ先生のレッスン。「生徒たちが楽しむことを一番に、英語をしっかり身に付けられる環境作りをしています」と話す。ポジティブな声掛けでやる気を引き出してくれて、生徒はレッスンに夢中!子どもたちの成長を実感できると保護者からの信頼も厚い。

ちびっこランド服部緑地園・江坂園

亀田有美 先生

代表自身が5人の子育てを経験。納得して預けられる場所を探す中で、保育の世界に興味を抱き勉強に打ち込む。10年前にちびっこランド服部緑地園を開園。

「時代を生き抜く"人間力"を身につけて欲しい」と話す亀田さん。単なるお世話ではなく、成長と自立を促す保育を実践している。「育児の悩みを相談すると、親身に的確な答えをくれるので一人で抱えこまずに子育てができています」とは保護者の声。厳しさの中にも深い愛情があり、園児もみんな亀田代表が大好き!

トビーそろばん教室

鳶坂佳代子 先生

10年前の開校当時から指導。それ以前にも野外活動教室で子どもの教育に携わっていた経験があり、一人ひとりに向き合い伸ばす授業には定評がある。

「そろばんを通して色んな力を身につけて欲しい」とは鳶坂先生。できない時も根気強く向き合ってくれる鳶坂先生がいるからこそ、そろばんに夢中になる子が多い。「厳しくも愛のある指導でそろばんはもちろん、取り組む姿勢や挨拶なども教育してくれる」と保護者からの支持も絶大!

英会話スクール

1歳半～英語耳を作り発音もばっちり 楽しみながら伸びる仕掛け満載

一人ひとりの子どもの成長を考えてくれるフォロー体制で保護者満足度97%と非常に高いスクール。自然に英語力を伸ばすことをベースにフォニックスや英文法も重視し、着実に4技能を伸ばす。1歳半～年齢やレベルに応じたクラスがあり、担任制なので安心して通える。帰国子女クラスや合格実績多数の英検®対策講座も大人気!無料体験へ。

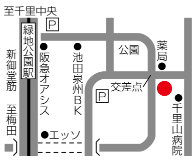
バスもあって大助かり!
対象年齢:年少～中学生
(一部教室により異なる)
送迎エリア:
吹田市、豊中市、箕面市、茨木市の当校指定地域
※対象地域の詳細については、HPを要確認

特典 「シティライフを見た」で(11月末まで)
1. 入会金→100%OFF
※即日入会以外は50%OFF
2. 2019年度教材費50%OFF
3. スクールバッグ(小学6年生まで)プレゼント
4. 入会セットプレゼント
5. 体験レッスン初回無料
※英語学童は対象外
※サタデーインターナショナルコースは1、4のみ
※各特典利用は、レッスンを3カ月以上継続される方に

イングリッシュワールド

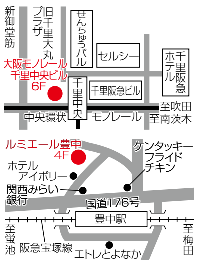
[姉妹校]高槻校、茨木校、塚口校、天王寺校
http://english-w.jp
英検、英検Jr. 受験会場認定校

●緑地公園校
豊中市東寺内町5-38
緑地東タハシハイツ
受付/11時～19時
(土曜・10時～18時)
月・日・祝定休
☎06-6338-5554



●千里中央校
豊中市新千里東町1-1-5
大阪モノレール千里中央ビル6F
受付/10時～21時(月曜:13時～21時、土曜:10時～18時) 日・祝定休
☎06-6833-0507

●豊中校
豊中市本町3-1-57 ルミエール豊中4F
受付/11時～19時(土曜・10時～18時)
月・日・祝定休
☎06-6858-5571



英語学童

放課後が可能性を広げる時間に ウィンタースクール申込&学童説明会開催

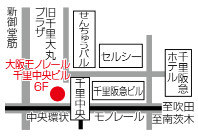
アート&クラフトでぺんがら泥染に挑戦!

「英語を学ぶ」のではなく「英語で学ぶ」最高環境の学童が2020年4月に開校!資格が取得できる習字・そろばん、レベル別英会話、英検®対策、ロボットプログラミング、アートなどを通して、やる気や探求心などの21世紀型スキルと言われる「非認知能力」が育まれる。ディスカッションやグループワークもあり、世界で活かせる本物のコミュニケーション能力を伸ばしてくれる。宿題サポート、休養室完備、バス送迎もあり、安心して学べる第二のおうちとして過ごせる。12/25(水)～27(金)までウィンタースクールを開催!11/4(月)から申込開始なので、詳しくはHPへ。

英語学童説明会開催
日程:11/2(土)、16(土)、23(土・祝)、30(土)
詳細、お申込みはHPから→

イングリッシュワールド

[姉妹校]豊中校、緑地公園校、高槻校、茨木校、塚口校、天王寺校
英検、英検Jr. 受験会場認定校
●千里中央校
豊中市新千里東町1-1-5
大阪モノレール千里中央ビル6F
受付/10時～20時(火曜～金曜)
日・月・祝定休(2020年3月まで)
☎06-6832-0071
https://english-w-gakudo.jp



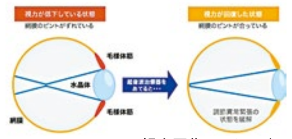
特典 英語学童説明会参加後、入会で
1. 入会金(20,000円)無料
2. 2カ月分授業料半額
3. 年間教材費(6,000円)半額
※2019年12月末までに入会手続の方が対象
※2020年4月スタートで6か月以上継続の方に限る

視力回復無料体験会

視力・年齢関係なく、家族全員で視力回復へ 通わず1日10分間、片眼にあてるだけの回復法

廣池さん親子
お父さん(50歳) 使用前(右1.5/左0.3)
使用1ヶ月後(右2.0/左0.9/両目2.0)
優子さん(12歳) 使用前(右0.15/左0.05)
使用1ヶ月後(右0.3/左0.4/両目0.5)
「スマホや勉強など目を使うことばかりをして、視力がすごく悪かったです。お父さんが、何とかして私の目をよくさせてあげたいと、ミオピアを見つけてくれました」。

学校の視力検査でB判定以下をもらい、眼科で目薬・訓練をしたが良くならなかったお子さんや、年々と健康診断での視力低下が止まらない大人の方へ。厚生労働省が認可した医療機器で1日10分間、通わず自宅で簡単にできる視力回復法をチャレンジしてみてはいかがだろうか?固まった目の筋肉や神経を身体に安全な超音波でときほぐし、人が本来もっている自然治癒力を高めて、回復へと導く。見込があるかどうかは個人差があるので、まずは自分に効果が出るかを確かめに体験会へ行ってみよう。



視力回復のメカニズム

当てはまる方はご相談を!
・目薬でこれ以上視力があがらない
・メガネ・コンタクトはまだ早い
・免許更新でギリギリ

アイメディカル新大阪

大阪市淀川区東三国5-12-10 2F
東三国駅2番出口徒歩5分
営/平日11時～19時、日祝11時～17時
月曜定休
☎0120-497-613
▲詳細はコチラ!
アイメディカル新大阪 で検索

参加無料! 視力回復体験会
・11/10(日) エトレ豊中 1F イベントスペース10時～19時
・11/22(金)・26(火) 吹田ゴルフセンター 受付横 10時～19時
・11/23(土) 豊中ローズ文化ホール 2F 会議室 10時～17時
・11/24(日) 吹田サンクスホール 4F 第1会議室 10時～17時
〈予約優先 約50分〉ご都合が悪い方は、新大阪店舗へ
※効果の出ななかった方にはおすすめしない。できる限り家族そろっての参加を。

親子で楽しめる日帰りバスツアー

選べる 千里・吹田東 大阪市内 発着

京都鉄道博物館とおたべ工場見学の旅

12/7(土)・8(日)・14(土)・15(日)・21(土)・22(日)

見どころ
1. 全53車両展示! 関西最大級の鉄道博物館でお仕事体験!
2. お昼ご飯は限定のウメテツランチBOX!(小学生・幼児) 大人はSL弁当!
3. できたても食べれる! 京都土産の定番、おたべ工場見学!
4. 普段は見れない、バスに乗りながらのまるごと洗車体験!

京都鉄道博物館 提供

近くの駅・施設で楽々送迎!
吹田東コース ・JR岸辺駅北口 ・イズミヤ千里丘店 ・ミリカヒルズ
千里コース ・千里中央駅 ・桃山台駅 ・阪急南千里駅
大阪市Aコース ・野田阪神駅 ・中津駅付近 ・天神橋筋六丁目駅 ・都島駅
大阪市Bコース ・森ノ宮駅 ・谷町六丁目駅 ・西長堀駅 ・阿波座駅

料金(税込) 大人...7,480円 幼児(3歳～小学生未満)...6,280円 小学生...6,480円 乳幼児(3歳未満)...980円

あそびばす
主催 株式会社リグロース (大阪府知事登録旅行業第2-2964号)
☎072-697-9088
予約、詳細は「あそびばす」公式HPで!

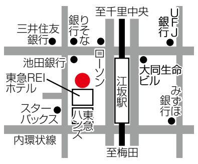
英会話・速読

駅チカ 英会話＋速読＋英語実践ゲームの児童基本コース（120分）が人気

BabyBox（1歳〜）とプレ幼児（2歳半〜）は親子で楽しむ英語育脳空間。児童コース（幼・小・中・高）は外国人・日本人講師のチーム指導。人気の基本コースは英会話、英語脳を育てるSV方式文法指導、実践ゲーム、速読による能力開発（中・高は英語速読）を加えた充実の120分レッスン。ネット活用の英検コースも人気。大人はOne-to-One（英会話・資格）や世界旅行英会話が話題!

KGC国際外語センター
KGCあすなろ学院/速読教室

吹田市豊津町9-44 ハートランド江坂7F
（江坂駅1分・東急ハンズ北隣り）
06-6378-4411
http://www.kokusai-gaigo.com



MENU
- 英会話…児童7,200円/月〜、大人12,700円/月〜
- BabyBox（1歳〜2歳半）……………1,100円/回
- 基本コース……………………13,200円/月〜
- One-to-One（1対1、20回）……………99,000円

特　典
この記事持参で
- **入学金3,000円OFF**（2019年11月末まで）

4歳からの いしど式 そろばん教室

計算能力だけでなく集中力・忍耐力まで“頭と心を育てる”そろばん教室

初めは難しくとも、慣れると全員が1時間集中して授業が受けれるように。

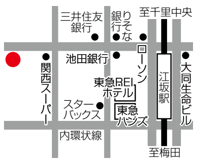
毎月の珠算能力検定試験や全日本珠算競技大会も。入賞・優勝者も!

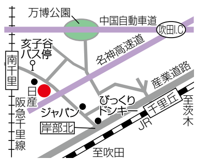
吹田市で2教室を展開し五月丘教室は今年で10周年を迎える、いしど式そろばん教室。そろばんは計算能力を身につけるだけでなく、記憶力・判断力・処理能力・忍耐力・想像力・集中力など、様々な能力開発につながるそう。「毎月検定試験があるので、難しい壁を乗り越える力が身に付きます」とは鳶坂先生。個々人で目標設定をし現状も連絡帳などで知らせてくれるので、保護者満足度も高い。ルールや礼儀といった面も、愛のある指導をしてくれるので安心! 1度無料体験学習会へ。

トビーそろばん教室

●江坂教室
吹田市豊津町11-37
真建設ビル4階
06-6318-7039

●五月丘教室
吹田市五月丘東13-5　2F
06-6318-7039
http://www.tobikids.com





授業時間
【江坂教室】
（月・火・木）
15時半〜18時半

【五月丘教室】
（月・金）15時半〜19時半
（火）16時半〜18時半
（水）15時半〜18時半
（木）16時半〜19時半

授業料
- フリーコース ……………8,000円
- スタンダートコース（週2回）……………………………6,800円
- ライトコース（週1回）……4,600円

【全て税別】

特　典
「シティライフを見た」で
- 入学金…10,000円→**5,000円**
- ワンタッチそろばん半額 ………… 8,000円→**4,000円**

（要予約・11月末まで・新規の方・税別）

2〜3才児のための プレスクール

北摂で大人気のプレスクールが令和2年(2020年)度のプレスクール生を募集中 体験説明会11/9（土）、23（土）に開催

開室式の様子。楽しく元気に成長している現在のプレ生の様子はHPの「BLOG活動日記」でチェック!

北摂で人気の知育幼児教室カウピリキッズスクール。スクールの理念は、IQを高める事だけでなく子どもたちに『生きる力』を身につけてもらうこと。脳の成長著しい幼稚園入園前の1年間（4月〜翌3月）に、短時間の詰め込み教育方式ではなく「母子分離での長時間保育」を行う。知育・英語・体操・リトミック・絵画制作といったバランスのとれた1日のカリキュラムと、四季を取り入れた遊びを通し、先生やたくさんの友だちとの関わりの中で、思いやりや優しさに触れ、協調性やコミュニケーション力、好奇心や持続力、忍耐力を培って『生きる力』へとつなげていく。太陽の日差しがあふれ、子どもが目一杯走り回れる広々とした教室も特徴。昨年は12月までにほぼ定員に達したこともあり、ご興味のある方はぜひ早めの体験説明会参加を!

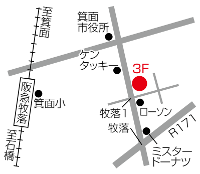
保護者の声

カウピリに通い始めてから言葉が増え、先生やお友だちのことも楽しそうに話してくれます! プレスクールに通うK君とママ

※HPでは他の保護者の声も掲載

①知育:同じ形を合わせ、空間認識能力を高めます。
②体操:広い教室で目一杯全身運動!!
③給食:みんなで仲良くいただきまーす!

知育幼児教室
kaupili キッズプレスクール
〔 カウピリ 〕
箕面市牧落3-13-33
アクティブ箕面3階
教室 **072-720-7222**
本部 **072-727-7888**
http://www.kaupili-kids.com/
カウピリ で検索



プレスクール概要
- 9時半〜15時までの長時間保育
- 週1〜週5までで、通いたい曜日を選べる
- 主なカリキュラム:知育・英語・体操・リトミック・絵画制作
- 延長保育あり（9時〜9時半/15時〜18時）
- 欠席の振り替えあり
- 有機野菜を使用したアレルギー対応の給食
- 親子で楽しめる行事（遠足・クリスマス会）
- 開放感のある60坪もの広い教室

令和2年度プレスクール体験説明会
体験会の後、プレスクールの日常を動画で見れる
日時　11/9（土）・11/23（土・祝）10時〜11時半
対象　2017年4月2日〜2018年4月1日生まれ
特典　説明会に参加し、12/27（金）までに入会手続き完了で、入会金が通常の50%OFF
※参加は電話にてご予約を。定員に達し次第受付終了

企業主導型保育園・認可外保育園

異年齢混合自由保育と豊富なカリキュラム“人間力”を育む保育園

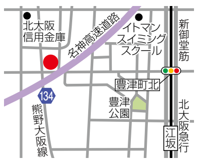
“知育・徳育・体育の三育法を基にバランスの取れた人材育成”を理念に、今年で10周年を迎える服部緑地園と、今年4月開園の江坂園。6ヵ月〜6歳までの異年齢保育を実施しており、思いやりの気持ちや社会適応能力の基礎が身につく。音楽・英語・体育・制作・書道などの多様なカリキュラムで子どもの可能性を引き上げ、たくさんのことを学べる環境だ。11月30日に説明会が開催されるので気になる方はお申込みを!

豊富なカリキュラムで毎日が発見の連続!

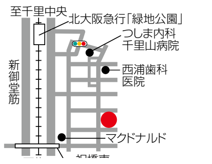
難易度の高いものに挑戦することで、心身の成長につながっていく。

令和2年（2020年）度生・募集説明会
11月30日（土）午前 開催
※要予約・詳しくはお問い合わせを
12月より令和2年（2020年）度生募集開始

【企業主導型保育所】
ちびっこランド江坂園
吹田市江坂町2丁目17-19
06-7177-8696
http://chibikko-iskar.jp/index.html



【認可外保育所】
ちびっこランド服部緑地園
吹田市江坂町5-9-6
06-6388-4156



City Life 教育特集

子どもの学びナビ

KODOMO NO MANABI NAVI

英語専門短期集中塾
イオンモール茨木前

2020年入試制度が大きく変わる「英検」は令和入試の最強スキル

来年度から始まる大学入学共通テスト（現センター試験）に「英検」が導入され、多くの高校や大学では、「外部検定利用入試」（下記参照）が拡大中。イープラスは「こうすれば英検に合格できる」ということを知り尽くした英語の専門塾。3級からスタートして、ほぼ100%の生徒が準2級に合格。さらに準2級に合格した87%の生徒が2級にも合格。しかも中学生の「2級合格者」が急増中。学年に関係なく同じカリキュラムを行うので早めの準備と対策を。

小規模精鋭塾「こうすれば英語が得意になる」
①英検のエキスパート（プロの専門講師）が本物の個別指導
②最も効率のよい方法で英単語をスピード蓄積（英検の合否は単語量で決まる）
③最も学習効果が高い教材でリーディング（文法、長文）、リスニングを完成
④唯一無二のライティング指導（合格者の平均点はほぼ満点）
⑤一人ひとりに万全のスピーキング対策（別時間に設定、在籍生は無料）二次試験もほとんど全員が合格

「外部検定利用入試」がどんどん拡大中

【高校入試】特に大阪府では驚くほど有利
（例1）大阪府の公立高校（最難解のC問題を含む）では2級で80点、準1級で100点に（例2）清風高は2級で80点、準1級で100点に（例3）早稲田摂陵高は3級で70点、準2級で80点、2級で90点に（例4）履正社高は3級で80点、準2級で90点、2級で100点に（例5）大阪薫英女学院高は3級で70点、準2級で80点、2級で90点に

【大学入試】推薦334校、一般153校で優遇措置
（例1）近畿大（文系）は2級で80点、2級Aで90点、準1級で100点に（例2）京都外国語大は2級で100点に（例3）神戸海星女子学院大は2級で入試が免除、1年次の授業料も免除に

英語で未来を切り開く
英語専門短期集中塾E+PLUS〈イープラス〉
（指導対象小4〜高2）
茨木市下穂積1-3-105
（イオン前北側信号筋向）
072-601-1230
イープラス英検 で検索

大阪・兵庫・京都・奈良の有名私立中学・高校が集結!

志望校選びのための私立中学・高校入試相談会

2020年度版「中学入試ガイドブック」または「高校入試ガイドブック」を進呈
梅田会場:各先着100名様
堺会場:各先着50名様

入場無料
申込不要

梅田会場
グランフロント大阪 北館タワーB10F ナレッジキャピタル カンファレンスルーム タワーB RoomB01+02
2019年 **11/4（月・振）**
13:00〜16:00

学校案内・学習塾資料コーナー常設
私立中学・高校相談ブース開設 願書がもらえる学校も!

堺会場 11/16（土）堺市産業振興センター5F

参加校〈順不同〉
アサンプション国際中学校・高等学校／上宮学園中学校・上宮高等学校／追手門学院中学校・高等学校／追手門学院大手前中学校・高等学校／大阪学院大学高等学校／大阪学芸高等学校附属中学校・高等学校／大阪薫英女学院中学校・高等学校／大阪国際大和田中学校・高等学校／大阪産業大学附属高等学校／大阪成蹊女子高等学校／大阪電気通信大学高等学校／大阪桐蔭中学校・高等学校／大谷中学校・高等学校／大阪夕陽丘学園高等学校／開明中学校・高等学校／関西大倉中学校・高等学校／関西大学北陽高等学校・中学校／近畿大学附属高等学校・中学校／金蘭千里中学校／好文学園女子高等学校／常翔学園中学校・高等学校／四條畷学園中学校・高等学校／清風中学校・高等学校／宣真高等学校／相愛中学校・高等学校／帝塚山学院中学校・高等学校／箕面自由学園中学校・高等学校／桃山学院中学校・高等学校／履正社学園豊中中学校・履正社高等学校／早稲田摂陵中学校・高等学校／同志社国際中学校・高等学校／雲雀丘学園中学校・高等学校／奈良学園中学校・高等学校

●主催／私立中・高入試相談会事務局 ●お問い合わせは（株）大阪朝日広告社☎06-6205-8081（10時〜17時／土・日・祝除く）

大阪/兵庫で新築・リフォームを考えている人のための住宅情報サイト

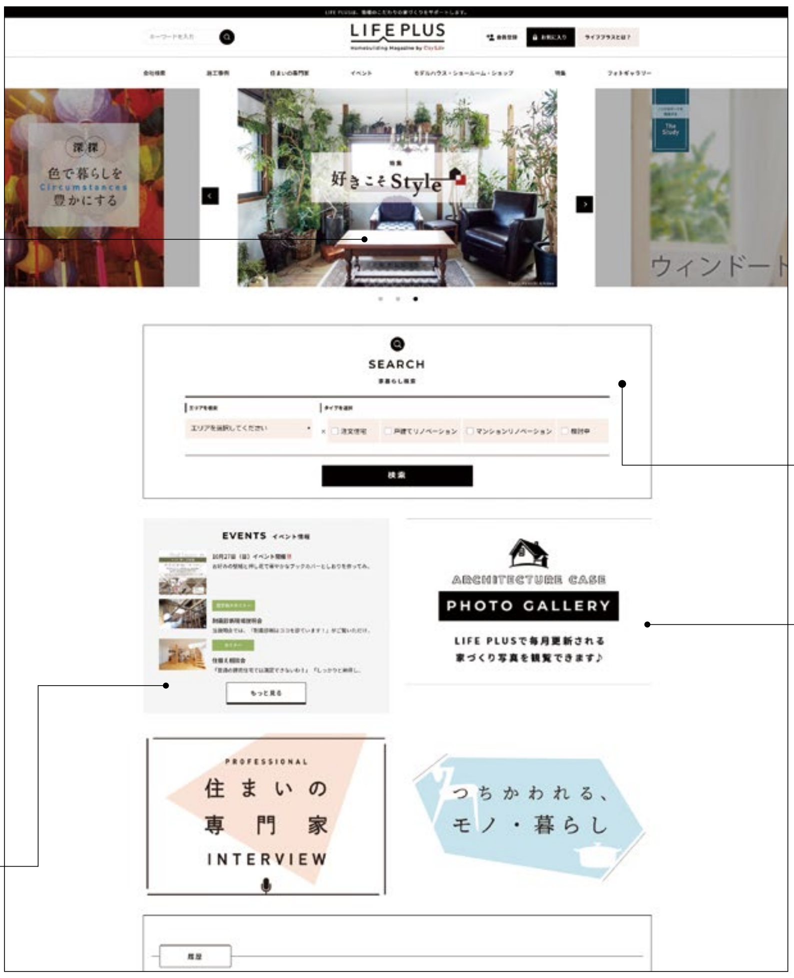
http://lifep.net/

LIFE PLUS [WEB] が今秋、リニューアル

LIFE PLUS(ライフ プラス)は、情報紙シティライフが編集・発行している住まい・家づくりに関する地域密着型フリーマガジン。暮らし・住まいに関する情報を多彩にお届けしています。LIFE PLUS WEB(ライフ プラス ウェブ)は、フリーマガジンの情報をwebでご覧いただける住宅情報サイトです。

スマホでも　パソコンでも　タブレットでも

リニューアル後も随時更新中！



フリーマガジン(雑誌)はこちら

年4回(2/15、5/15、8/15、11/15)の季刊。次号vol.40は11/15発行。

特集記事

雑誌のLIFE PLUSでは、毎号テーマを設け暮らしの提案をしています。過去に雑誌で紹介された記事がWEBでもご覧いただけます。

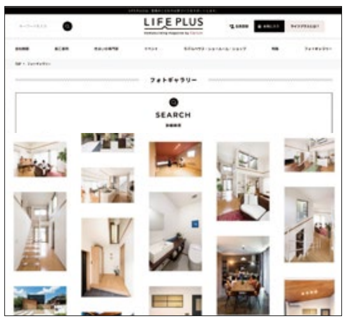
vol.38『好きこそStyle』

サーチ(検索)

住みたいエリアと希望の施工方法で簡単に会社が見つかります。

フォトギャラリー

こだわりの事例を写真だけで紹介するページ。お気に入りの写真を選びながら、お気に入りの空間が探せます。



イベント

オープンハウスやセミナーなどイベント情報を随時更新。住まいづくりの参考にぜひご活用ください。

LIFE PLUS [雑誌] 掲載の施工会社の情報をLIFE PLUS編集目線で紹介。住まいづくりのパートナー探しに役立ててください。

WORK EX

施工事例紹介

新築もリフォームも、こだわりの事例を紹介しています。「こんな家にしたいな」と思えるヒントとたくさん出会えるはずです。施主の声も紹介しているので、住まいづくりの参考にしてください。

事例は随時更新中!!

PROFESSIONAL'S ADVISE

住まいの専門家

LIFE PLUS編集部が、各社の代表やスタッフを取材して、家づくりに対する想いなどを紹介しています。住まいづくりをサポートし、ともに歩むパートナー選びの参考になります。また、直接質問を送ることができるフォームも設置しています。

COMPANY INFO

会社紹介

コンセプトや施工対応エリア、施工実績など、会社の概要がご覧いただけます。各社の強みがよくわかり、あなたの建てたい家づくりに合う会社選びができます。

SPECIAL FEATURE

The Study

フリーマガジンでも人気のコーナー「The Study」。ニッチなテーマを勉強する、をコンセプトに住まいづくりに関わる様々なことを深掘りして紹介。あなたの住まいづくりに役立つ情報をお届けします。

吹田徳洲会病院 市民公開講座のご案内

足の血管が気になりませんか？ 下肢静脈瘤のお話

参加無料

11/16(土)

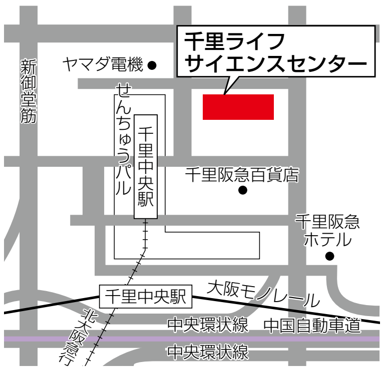
~~14:00〜16:00~~ ※変更されました

14:30〜16:30（開場 13:30）

千里ライフサイエンスセンター
5F 山村雄一記念ホール

豊中市新千里東町1-4-2

◎北大阪急行電鉄及び
大阪モノレール「千里中央駅」下車5分



※駐車場（有料）はありますが、台数に限りがございます。
できるだけ公共交通機関をご利用ください。

講座内容

下肢静脈瘤は、日々の足への負担により、足の静脈が、劣化していく現れの一つです。足に「こぶこぶ」ができるだけではなく、「重だるい」「むくむ」「安静時に足がつる」「痒い」といった不快感がありますが、日常生活が極端に障害されることはありません。ただ、大きく進行し、下腿に皮膚潰瘍が生じた場合は、日常生活が大きく障害されます。講座では、下肢静脈瘤の進行を抑える日常管理や、保存的治療から最新の外科的治療法までをご紹介します。

講 師

吹田徳洲会病院
心臓血管外科
大阪大学特任教授

澁谷 卓 医師

［ 資格・専門医 ］
日本外科学会外科専門医、日本外科学会指導医
心臓血管外科専門医、心臓血管外科修練指導者
日本脈管学会認定脈管専門医
下肢静脈瘤に対する血管内焼灼術実施医、指導医

共 催／医療法人沖縄徳洲会 吹田徳洲会病院 コヴィディエンジャパン株式会社 テルモ株式会社

お問合せ／吹田徳洲会病院 06-6878-1110

美容と健康は毎日の食事と正しい服薬から

薬食同源 スパイスと漢方の話

第42回

文 笹川薬局 笹川悦子

際立つツヤと色味のムラサキシキブ、山路を辿ると細い茎をなびかせるキンミズヒキ、緑の茂みにはイノコズチ等々、秋色に彩られる季節が始まりました。

ヒナタイノコズチと牛膝（ごしつ）

イノコズチは本州・四国・九州の日当たりの良い山野や路傍に見かける事ができる繁殖力旺盛なヒユ科（Amaranthaceae）の多年草で、生薬としてはヒナタイノコズチAchyranthes fauriei Leveillé et Vaniot又はAchyranthes bidentate Blumeを基原植物と規定しています。晩夏から初秋にかけて地上部が枯れ始める頃に根を掘りとり、枯れ茎、ひげ根をのぞいて水洗いし、乾燥したものを生薬「牛膝」と称して用います。牛膝として現在自分の手元にあるものは、淡褐色の小口切りに仕上げられたものになっています。

生薬「牛膝」は単独で使う事はなく、例えばエキス剤として漢方処方「牛車腎気丸（ゴシャジンキガン）」に配剤されています。これは「腎虚」を改善する処方の一つ「八味地黄丸（ハチミジオウガン）」に「牛膝」と「車前子」を加えたものです。この薬は、比較的体力低下、疲れやすく腰から下が冷えやすい方の、しびれや下肢の痛み、むくみ、排尿障害などに効果的で、頻尿をはじめ、腰痛や下肢痛、軽度の糖尿病の合併症の神経障害によるしびれなどに使用されます。

秋、ハイキングに行くとよく小さな草の実を服につけて帰ってきます。動けない草木は、種子がその場に留まり続けると繁殖場所の場所取りを起こすのが宿命。イノコズチは「ひっつき虫」になって、次の場所へ旅立ちを始めます。さあ、私達も秋色を探しに出かけましょう。

【ヒナタイノコズチ／Achyranthes bidentata var. fauriei】

スクール生大募集!!

MIZUNO Futsal school

ミズノフットサルスクール

in エキスポフラッシュフィールド｜市立吹田サッカースタジアム北側

フラッシュフィールド全面リニューアル完成！

新しい人工芝フィールドでフットサルを始めよう！

新規入会キャンペーン

リフティングボールとストッキングまたはシンガードの2点をプレゼント！ 好評につき11月末まで実施

いつでも体験できます

無料体験キャンペーン実施中！（要予約・11月末まで）

［ 月謝 ］
月4回 4,000円〜（税別）

［ 日時 ］
毎週 火・木・金

15:30−16:30／幼児
16:45−17:45／1〜3年生
17:50−18:50／4〜6年生
19:00−20:30／エキスパートクラス

※エキスパートは（火）・（木）のみで4年生以上が対象です

お問合せ／TEL.090-5360-7920（火・木・金）

メールでのお問合せ／b89.futsal@gmail.com

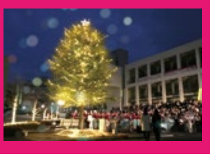
梅花がお贈りする、こころ温まる降誕祭

クリスマスイブニング

入場無料 12/14 SAT

梅花女子大学 茨木ガーデンキャンパス

同時開催 一般入試対策講座



梅花中学校・高等学校・梅花女子大学

最新の入試情報を紹介！

星降る夜のナイト説明会

12.4（水） 5（木） 6（金）

随時受付 17:30-20:30

グランフロント大阪 北館２階
「The Lab.」内アクティブスタジオ

梅花中学校・高等学校・梅花女子大学

CROSS WORD

応募方法／はがきもしくはFAXに解答と〒・住所・氏名・年令・職業・電話番号を明記の上、編集部までお送りください。抽選で5名様に記念品をプレゼント。（毎月20日〆切）

応募先／FAX：06-6368-3505
〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23
シティライフ「クロスワード」係

●10月号の答え ウンドウカイ

立体クロス

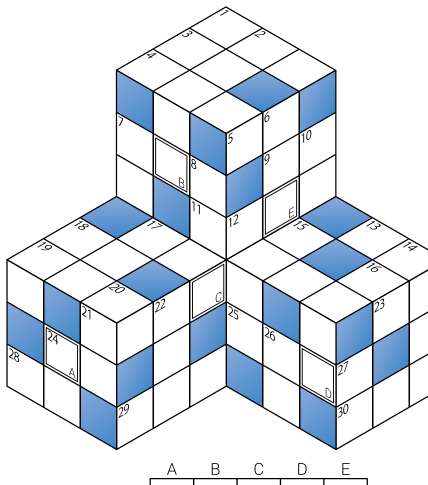
変形の立体クロスです。数字の向きに従ってタテ、ヨコのマスを埋め、二重枠のA〜Eを並べてできる言葉を答えてください。（作・あさみ順子）

タテのキー

1 酉（とり）の市と潮干狩りに共通するアイテム
2 11月15日、子どもの成長を祝う行事
6 エッセー、日本語で
7 数をごまかすときに「読む」青魚
8 シューベルトの代表作の一つ
10 浦島太郎が助けた動物
12 日本最大の砂丘がある県
14 これには福があるとか
15 漫才のコンビはボケと…
17 日本の伝統的な履き物。ゴムのもある
18 ニュース映像などで、写されたくない人の顔に入れる
20 本焼きの前に、うわぐすりをかけずに低火度で焼いたもの
22 あつものに懲りて吹く食べ物
24 おだてりゃ木に登るかも
26 東京ディズニーランドや東京ドイツ村がある県
27 疲れると目の下にくっきりできる

ヨコのキー

1 根釧台地の根は根室、釧は
3 村より大きく市より小さい
4 D51型蒸気機関車の愛称
5 香取慎吾、稲垣吾郎、草彅剛で「新しい○○」
7 しちりんで焼いてスダチをかけて召し上がれ
9 「とっくり」や「そうめん」にもする軟体動物
11 竜宮城のプリンセス
13 フランスの印象派の画家。日本では豊満な裸婦像で有名
16 びっくりすると「抜ける」体の部分
17 イミテーション・フラワー
18 細編みや長編みはかぎ針で、表編みや裏編みは○○針で
19 超自然的資質。○○○○美容師
21 富士五湖で最大なのは
23 ボトックスやヒアルロン酸注射でのばそうとする人も
24 戦うための道具
25 ○○○○プロレスは東北地方を中心に活動するプロレス団体
28 磁石のN極が示す方角
29 お月見に飾るイネ科の多年草
30 飛行機に乗るとたまるもの



解答 A B C D E

この街の未来をひらく

この街の未来をひらく
北おおさか信用金庫

北おおさか信用金庫 検索
お取引のない方もお気軽にご相談ください!

箕面公園いいね！プロジェクト 〈イベント案内〉

みのお山や緑にかかわるワークショップや自然工作、いろんな体験フェア「みのお山とみどりのフェスティバル」

日　時▶2019年11月3日(日・祝)
10:30〜16:00　雨天中止
場　所▶箕面公園内瀧安寺前広場、箕面駅前ステージなど
詳細は「みのお山なみネット」https://yama-nami.net/
主　催▶箕面市・NPO法人みのお山麓保全委員会

写真コンクールやハイキングで秋を満喫！「明治の森箕面国定公園　もみじまつり」

期　間▶2019年11月1日(金)〜11月30日(土)まで
詳細は箕面市の観光情報サイト「ぶらっと箕面さんぽ」
https://minohkankou.net/
主　催▶箕面市観光協会

詳細は、箕面公園ホームページ　http://www.mino-park.jp/　または箕面公園管理事務所　☎072-721-3014

昆虫館

好評開催中！昆虫館の企画展

1.「インパクト、インセクト展」

会期▶開催中〜2020年1月13日(月・祝)
場所▶昆虫館内企画展示コーナー(標本展示)

とんでもなく大きい、ごっつう小さい、メッチャ重い(昆虫にしては)、すごく長生き、すぐに命が終わる…そんなインパクトのある昆虫を集めました。

2.「G(じ〜)っとみるゴキブリの世界 ガサガサ・ゴソゴソ展」

会期▶11月1日(金)〜2020年3月1日(日)
場所▶昆虫館内企画展示コーナー(標本展示)

ゴキブリの仲間は、世界におよそ4,600種あって、そのうちの害虫とされているのはわずか1%未満。昆虫の一分類群として、ほとんどの種は自然の中で生活していて、地球上での大切な役割を担っています。そんなゴキブリの世界をこの機会にぜひ知ってください。(標本展示)

笑顔のみなもと みんなのよしもと

北摂とその近隣で行われる吉本のイベント情報コーナー！

よしもとお笑いライブ in 豊中2019 秋

CAST
新喜劇：酒井藍、未知やすえ、島田一の介、烏川耕一ほか
漫　才：COWCOW、笑い飯、ウーマンラッシュアワー、ジャルジャル、追加出演者あり！

酒井藍

未知やすえ

島田一の介

烏川耕一

COWCOW

笑い飯

ウーマンラッシュアワー

ジャルジャル

追加出演者あり！

City Life 読者限定

対象公演：11月19日(火) 開演19時
開　　場：18時半
会　　場：豊中市立文化芸術センター
大ホール(豊中市曽根東町3-7-2)
阪急宝塚線「曽根」駅より東へ徒歩約5分
金　　額：前売 4,600円→4,400円
(全席指定・税込)
※お席はお選びいただけません。
受付期間：10/21(月)10時〜11/17(日)18時
電話予約：0570-02-9999
Pコード：599-347 ※お客様手数料0円
※5歳以上有料。4歳以下は膝上のみ無料。
但しお席が必要な場合は有料。
※都合により出演者が変更になる場合がございます。
※ビデオ・カメラ、または携帯電話等での録音・録画・撮影・配信禁止。

スクール生大募集!!

服部緑地 MIZUNO Tennis School ミズノテニススクール

リニューアル1周年記念 秋の入会キャンペーン

シティライフ読者限定
無料体験キャンペーン実施中
(11月末まで・要予約)
いつでも体験できます お気軽にお電話ください

3ヵ月キャンペーン実施中
11月期入会の方は2ヵ月分の受講料で
3ヵ月受講できます
実質1ヵ月分 レッスン無料

11月	テニス大会・練習会 参加者募集		参加費(税込)	募集
4[月・祝]	クレー	ジュニア練習会 女子小・中学生	2,800円	24名
7[木]	人工芝	レディース4名団体戦	10,000円	8チーム
13[水]	人工芝	レディースフレッシュクラス練習会	3,000円	20ペア
16[土]	クレー	ジュニア練習会 男子小・中学生	2,800円	24名
26[火]	人工芝	over200レディース4名団体戦	10,000円	8チーム

クラスの新設(金曜日と日曜日に新しいクラスを開設しました)

レッスン料金

一般(初心〜中上級)	7,500円〜/月4回(税別)
T L (トーナメントレディース)	8,500円 /月4回(税別)
ジュニア(4歳〜小学6年生 60分)	4,400円 /月4回(税別)
(小学5年生〜中学生90分)	7,000円 /月4回(税別)

詳しくは右のQRコードからホームページをご覧下さい。

お問合せは
服部緑地ミズノテニススクール TEL.06-6868-3223 まで

From CityLife

こども食堂を広げよう

〜茨木市・なかよし食堂〜

［取材・文］編集部 木下

今回は、茨木市中総持寺町の「なかよし食堂」を取材した。

子育て支援事業を行っているNPO法人すかいぶるーが、学校に就学してからも引き続きつながっていけたらという思いから、2018年5月からスタート。開催場所である高齢者のコミュニティデイハウス「デイスポット駅前らんど」で使いきれなかった食材や、お金やお米、野菜の寄附もあり、なんとか赤字を出さず運営できているそう。フードバンクからの食材の提供も受けているが、なかよし食堂が茨木市のこども食堂の窓口となり、食材の分配も行っている。

「共働きのご家庭が多くなってきているので、週1回食事を作らない日があると大変助かるという声をいただきます。食べた食器は必ず下げてもらい、『ごちそうさま』のあいさつと完食してもらえるようお願いしています」と理事長の溝杭さん。

開催は毎週火曜日の16時半〜19時で、子ども100円(中学生未満)、中学生以上の子ども・保護者は200円で食事が可能。ご飯のみおかわり可。事前予約制で、当日の12時まで受け付けている。(電話でも可)子どもたちの勉強を見てくれる学生ボランティアを募集している。

【取材協力・問い合わせ】
NPO法人　すかいぶるー
TEL:072-633-7587

毎週火曜日　20分限りの
タイムサービス実施中！
●11:00〜11:20　青果コーナー全品2割引セール
●11:00〜11:20　魚コーナー全品2割引セール
年中無休
まねき屋亥子谷店
吹田市山田西1-13-1　☎06-6875-1122

11/7(木) どなた様でも1割引！ スペシャル木曜日
11/20(水) お客様感謝デー
11/30(土) お客様感謝デー
SUPER MARKET KOHYO 山田店
阪急山田駅 デュー阪急山田1F
SUPER MARKET KOHYO 山田店　吹田市山田西4丁目1-2-101　☎06-4863-5040

スタッフ大募集
〈種別〉パート・アルバイト
〈作業〉惣菜・鮮魚・ベーカリー
〈時間〉7:00〜17:00
(週20時間以内)
パート・アルバイト
時給／1,000円
各部門　まずはお気軽にお電話ください。
シェフカワカミ　桜塚店
豊中市南桜塚3丁目6-27　☎06-6846-8001

●11/20(水) 感謝デー!!
●11/30(土) 感謝デー!!
●毎月15日 GG感謝デー!!
SUPER MARKET KOHYO 阪急曽根店
※メンバーさん・アルバイトさん募集中です。
水産部・レジ、その他のお仕事も募集中です。まずはお電話下さい。
SUPER MARKET KOHYO 阪急曽根店　☎06-6842-5040
豊中市曽根東町3丁目1-1　ティオ阪急曽根1F

月掛金は1,000円から
家族みんなの基本の保障　コープ共済《たすけあい》
CO・OP《たすけあい》はその名のとおり、組合員同士の助け合いの気持ちが形になった共済です。生協だからこそできる、組合員のくらしにやさしい安心の保障です。
コープ東豊中
豊中市東豊中町4丁目3番13号　☎06-6848-2561

Food Net Mart
毎日 フードネットマート 安い!

片山町サンゼリア店	吹田市片山町3-32-3	☎06-6380-6405
蛍池店	豊中市螢池中町2-4-17	☎06-6843-0589
桜の町店	豊中市桜の町3-5-8	☎06-6151-2224
山下店	川西市見野2-24-11	☎072-795-1552
茨木店	茨木市元町8-1	☎072-665-4567
石橋店	池田市豊島北2-4-6	☎072-761-7777
高槻店	高槻市大蔵司3-14-4	☎072-698-4130

From CityLife

CityLife ファミリーモデル募集中

シティライフでは、グルメ・スポーツ・レジャーなど、読者モデルとして実際に体験をしていただけるファミリーを募集しています。ぜひパパも一緒にご応募ください。お待ちしております！

パパの応募待ってます！

［応募方法］下記URLかQRコードよりエントリーください。
https://goo.gl/WE7u31
※ご依頼の際は編集部より改めて連絡いたします。

賢くおトクに！「秋」を楽しもう

EXPOCITYでは、いろんな「秋」を楽しめます。美味しく食欲を満たしてくれるグルメやおしゃれを楽しむためのショッピング、イベントも盛りだくさんで充実した時間を楽しめます！そこで活用したいのが**三井ショッピングパークカード《セゾン》カード「ご優待特典」**。2020年3月31日(火)まで、三井ショッピングパークカード《セゾン》を対象店舗・施設で会計時・注文時に提示するとご優待特典を受けることができます。ぜひ賢く活用して思いっきり「秋」を楽しんでください！

ご優待特典についての詳細はコチラ

ファミリーセット(12,000円)※税別
(平城苑カルビ・平城苑ロース・ハラミ・タン食べ比べ・豚バラ・鶏もも・ソーセージ・本日のホルモン・野菜とキノコの盛り合わせ・平城苑サラダ・キムチ盛合せ・チシャ・ねぎと牛スジのチヂミ)

全国の名立たる産地より選りすぐった黒毛和牛・国産牛を一頭飼いし、熟成させ提供する焼肉店。リーズナブルな単品メニューから極上部位勢揃いセットまで幅広いので、利用シーンに合わせて選べる。家族での食事には4つのセットメニューを用意。

焼肉 平城苑〈やきにく へいじょうえん〉

EXPO KITCHEN 2F
営／11:00〜22:00(ランチL.O.14:30、ディナーL.O.21:00)
06-4860-6529

迷ったらコレ！ファミリーセットは3〜4名様におすすめなおトクなセットメニュー。

串揚げ食べ放題
平日ランチ(90分1,650円)、
土日祝ランチ(70分大人1,870円)
※小学生913円・幼児528円 ・3歳以下無料
平日ディナー(90分2,750円)、
土日祝ディナー(90分2,860円)
※小学生1,353円・幼児528円 ・3歳以下無料

串揚げ、サラダ、デザートと、様々なメニューを楽しめるアミューズメントレストラン。ビュッフェスタイルでお好きな食材をチョイスし、自分で揚げてアツアツの串揚げが食べられるのが醍醐味。期間限定で「チョコレート&キャラメルフェア」開催中！

神楽揚処本串家〈かぐらあげどころほんくしや〉

EXPO KITCHEN 1F
営／11:00〜22:00(ランチラスト入店15:30、ディナーL.O.21:00)
06-4864-2444

三井ショッピングパークカード《セゾン》ご優待特典
1名様ドリンクバー無料
期限：2020/3/31(火)まで
お会計時・ご注文時にカードをご提示ください。

[ランチビュッフェ90分]
大人(1,899円)、小学生(999円)、小学生未満499円
[ディナービュッフェ120分]
大人(2,399円)、小学生(1,099円)、小学生未満499円
※各ドリンクバー込 ※2歳以下無料 ※全て税別

三井ショッピングパークカード《セゾン》ご優待特典
アルコール50%OFF
期限：2020/3/31(火)まで
※他サービスとの併用不可。ご注文時にカードをご提示ください。

世界各国の料理約60種が楽しめるビュッフェレストラン。大人数の受け入れもOKなので、家族や親戚、ママ会や女子会などグループでの集まりなどにもオススメ！11月末までは秋メニューがラインナップ。秋の味覚を楽しんで。また、好評のタイムサービス(11:30〜21:00まで、30分に1回実施)のお客様の目の前で焼き上げるビーフステーキも見逃せない！

BUFFET RESTAURANT Atlantic
〈ビュッフェレストラン アトランティック〉

EXPO KITCHEN 2F
営／11:00〜22:00(L.O.21:00)
06-4864-8355

4周年 EVENT

Thank you 4(for) coming to OEV!

期間 11/9(土)〜11/24(日)

- **入場無料**(来場者全員にステキなプレゼント！)
- 入場無料期間中の週末に、だれでも参加可能の**ビンゴ大会を実施！**
- 併設カフェCNN Caféにて、ホット/アイスコーヒーMサイズを**100円(税込)**にて提供！

期間 11/15(金)〜11/28(木)

- Thanksgivingに関する**レッスンを開催**
- Cooking Studio：**パンプキンパイを作ろう**
- Restaurant：**サンクスギビングの料理を知ろう**

OSAKA ENGLISH VILLAGE〈オオサカイングリッシュビレッジ〉

営業時間／10:00〜18:00(チケット販売9:30〜17:00)
06-6170-7080

LaLaport EXPOCITY EXPO感謝祭 総額100万ポイントプレゼント！

期間中、対象店舗にて総額5,000円(税抜)以上ご利用いただいた三井ショッピングパーク会員様の中から**抽選で223名に総額100万ポイントプレゼント。**

期間 11/5(火)〜11/26(火)

応募方法 お会計時に三井ショッピングパークポイントカード・三井ショッピングパークカード《セゾン》・アプリde支払いを利用することで自動エントリー。

対象カード

アプリ

Mitsui Shopping Park
三井ショッピングパークアプリ アプリde支払い

アプリの場合 ※本アプリケーションの利用にはパケット通信料がかかります。※本アプリケーションの2019年4月時点での動作推奨環境はつぎのとおりです。iOSの場合:iOS10.0以上(iPad,iPod Touchでは、動作保証対象外となります)Androidの場合:Android 4.4以上(すべての端末での動作を保証するものではありません/AndroidOSタブレットでの動作保証はしておりません) ※スマートフォンにてダウンロードを行なってください。

プレゼント内容

100,000PT・・・・・1名様
50,000PT・・・・・2名様
10,000PT・・・・・20名様
3,000PT・・・・・200名様

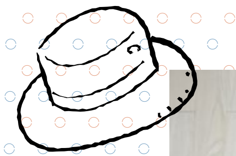
ご入会はWEB入会または各店舗のスタッフまで！
※ウェブ入会は三井ショッピングパークカード《セゾン》のみとなります。
※スマートフォン以外の携帯電話ではお申し込みいただけません。

当日入会可！ウェブ入会はコチラ

寒い日もおでかけが楽しくなる

最旬アウターを手に入れよう

冬ファッションの主役とも言えるアウターはしっかり吟味して購入したいところ。レジャーシーンだけでなくタウンユースでも活躍しそうな機能性を備えたタイプや、女性らしさを演出してくれるタイプなど、各ショップから豊富に登場しています。アウターを主役にしたおすすめコーデを参考に、お気に入りのアウターを見つけよう！



for kids & mam

【Kids】
キャンプスタイルナバホフ、コーデュロイライトワークパンツ※サイズ100〜150
【Ladies】
キャンプスタイルナバホフ、コーデュロイライトワークパンツ※サイズM・L・LL
※各価格はお問い合わせください。

同デザインの大人とキッズのサイズがあるので親子でお揃いコーデが楽しめる。使い勝手の良いポケットが数多く配置されていたり、表地は撥水加工がされているのでアウトドアシーンに大活躍！マスタードカラーとフード裏のナバホ柄のボアが映えて、おしゃれ度も高い一枚。

LOGOS SHOP〈ロゴスショップ〉

ららぽーとEXPOCITY 1F
06-4860-6392

23 SELECT&OUTDOOR SHOPS RECOMMEND WINTER 2019

今おさえておきたい"語れる一着"をお先におトクに。人気ブランドの最旬アウター揃いました。

【セレクト・アウトドア23店舗限定ポイントアップデー】

土日祝限定　対象のセレクト&アウトドアショップがおトク！

期間 10/19(土)・20(日)・22(火・祝)・26(土)・27(日)、11/2(土)・3(日・祝)・4(月・休)

【グルメクーポンプレゼントキャンペーン】

ポイントアップ対象23店舗にて10,000円(税込)以上ご購入いただくと500円(税込)以上でご利用いただける200円分のグルメクーポンプレゼント！
※20,000円(税込)以上ご購入の場合は2枚お渡しします。※1会計につき2枚までの進呈となります。
※数量限定のため、なくなり次第終了いたします。

期間 10/19(土)〜11/4(月・休)

対象店舗 URBAN RESEARCH、アーバンリサーチドアーズ、RHC Ron Herman、シップス、JOURNAL STANDARD relume、Ciaopanic、Dessin、ナノ・ユニバース、ノーリーズ&グッドマン、B:MING LIFE STORE by BEAMS、BEAMS、Bshop、BEAUTY&YOUTH UNITED ARROWS、417 ÉDIFICE／SLOBE IÉNA、FREAK'S STORE、ユナイテッドアローズグリーンレーベルリラクシング、go slow caravan、コロンビアスポーツウェア、THE NORTH FACE、TCG(パタゴニア専門店)、DESCENTE BLANC、モンベル、LOGOS SHOP

詳しくはコチラ

for family

【Men's】
Men's Retro-X® Bomber Jacket〈パタゴニア〉(22,000円)、Men's P-6 Label Uprisal Crew Sweatshirt〈パタゴニア〉(8,800円)、DENIM PANTS〈SURF HEROES〉(19,800円)

熱を閉じ込めるポリエステル100%のふわふわの6ミリ厚パイル・シェルパ・フリースと肌触りが滑らかなリサイクル・ポリエステル100%の裏地を組み合わせた、ソフトで温かいフリースジャケットの新作が登場。リブニットの襟・袖口・裾が冷気の侵入を防いでくれる。

【Kids】
Boys' Infurno Jacket〈パタゴニア〉(17,050円)、Vintage Kids P〈SMILE HIGH CLUB〉(3,960円)

耐水性・耐風性を備え、温かいハイパイル・フリースを施した定番ジャケットの新作が登場。袖には濡れても暖かさを維持する素材を使用。ボトムスに何を持ってきても合うので、デニムなどその日に合わせて毎日楽しめる。

【Ladies】
DENIM JACKET〈SURF HEROES〉(25,300円)、Women's Long-Sleeved Fjord Flannel Shirt〈パタゴニア〉(12,650円)、Women's Fitted Corduroy Pants〈パタゴニア〉(13,750円)

2019年春夏から本格的にスタートしたTCGオリジナルブランド「SURF HEROES」から、デニムの産地である岡山県・児島デニムのアイテムを展開。柔らかくしなやかなで、着るほどに味が出る児島デニムを楽しんで。

TCG(パタゴニア専門店)〈ティーシージー〉

ららぽーとEXPOCITY 2F　**06-4860-6364**

for mam

ボアコート〈B:MING by BEAMS〉(14,300円)、ニット〈B:MING by BEAMS〉(8,690円)、パンツ〈B:MING by BEAMS〉(8,690円)、ブーツ〈B:MING by BEAMS〉(9,790円)

一点投入で旬なスタイリングにアップデートできるボアコート。フェイクレザーのトリミングデザインが、ちょっぴりモードなアクセントをプラス。ゆったりとしたビックシルエットなので、中にニットなどを重ね着してもOK。オン・オフ問わず着れるので1枚あると便利。

B:MING LIFE STORE by BEAMS
〈ビーミング ライフストア バイ ビームス〉

ららぽーとEXPOCITY 1F　**06-4864-8265**

for mam

SC WカルゼCPOジャケット(18,700円)FFC FOXMIX ワイドボトルネックニット(10,890円)、SCコーデュロイタイトロングスカート(9,790円)、FM HFMNチェーンポシェット(6,490円)、FFC スクエアショートブーツ45(10,890円)

今シーズンの注目トレンド、CPOジャケットが登場。オーバーサイズで抜け感のあるシルエットが今年らしさを演出。表情のあるカルゼ素材は寒い季節にもピッタリ。着脱可能なキルトライナー付きで、長いシーズン着用できるのも嬉しいポイント。

ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング

ららぽーとEXPOCITY 1F　**06-4864-8306**

NEW OPEN SHOPに注目

10/11(金) OPEN

ドクターマーチン
【靴】 ららぽーとEXPOCITY 1F

モード・ストリート・ビジネス・・カジュアルと着用シーンを選ばないオリジナルスタイル、機能・履き心地・実用性を備えたシンプルなモデルや個性的なデザインまで様々なシーンに対するモデルが豊富に揃います。

第22回 &EARTH 衣料支援プロジェクト 第6回 サッカー支援プロジェクト 開催

第22回　&EARTH　衣料支援プロジェクト〜あなたの服で世界に笑顔を〜ならびに第6回サッカー支援プロジェクト〜あなたの協力で世界の子どもたちに夢と笑顔を〜同時開催いたします。ご家庭で眠っている衣料品、サッカー用品をご持参ください。NPO法人日本救援衣料センターを通じて、世界の人々のもとへ寄贈します。

受付日時 11/4(月・休) 10:00〜16:00
受付場所 ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場

詳しくはコチラ

H.L.N.A ZONE FESTIVAL

日時 11/10(日)11:00〜16:00
場所 EXPOCITY 空の広場

①スケートチーム「Five Cross」によるデモンストレーション
(13:00〜・15:00〜)
②はじめてのスケートボード体験
(11:00〜16:00)
随時受付：1回2〜3名(20分程度)
毎時00分・30分スタート
その他、物販やワークショップのブースも登場！

EXPOCITY

吹田市千里万博公園2-1

営業時間 ららぽーとEXPOCITY
10:00〜21:00(物販・フードコート・サービス・その他)、
11:00〜22:00(EXPO KITCHEN)
※一部店舗、その他エンターテインメント施設は、施設ごとに異なる

問合せ先 **06-6170-5590**(代表/10:00〜18:00)

最新情報はHPをご覧ください
https://mitsui-shopping-park.com/lalaport/expocity/

EXPOCITY magazine
毎月火曜日3回配信中!
https://expocity.comepass.jp

●11/ 5号「ウラリエがレコメンド!アンダー2万円でつくるWinter Style」
●11/12号「マストバイアイテムを今すぐCHECK!良品週間徹底ツアー」
●11/19号「SPECIALプライスが目白押し!ブラックフライデーEXPO」
※タイトルは予告なく変更になる可能性がございます。

EXPOCITY Labでの 開催イベント

fun! fun! EXPO Workshop
アソブ! マナブ! ミツケル!

アプリ会員様限定　Mitsui Shopping Park　火曜日開催!

fun!fun! EXPO Workshop

1月から開催場所が、ららぽーとEXPOCITY 3F「EXPOCITY Lab」に変わりました！

11/ 5(火)「秋の実ものアレンジメント」
11/12(火)「お好みの材料で作る、秋色ハーバリウム」
11/19(火)「フレッシュなモミやヒバ、実物で作るフレッシュリース」
11/26(火)「ドライフラワーのツリーボックス」

詳細は近日公開予定

EXPO土曜 Premium

土曜日開催!

EXPO 土曜 Premium

11/16(土) オトナミガキ『陶芸教室』
①11:00〜12:00 ②13:30〜14:30 ③15:30〜16:30

対象 成人男女(成人1名参加につき未成年1名参加可)
※お一人・グループでも参加可
定員 各回12名
※10:30よりすべての回の受付開始いたします。
※先着順で希望回の整理券を配布いたします(お一人様1回限り)
参加費 1,800円(税込)　**講師** 尼崎もんた工房
※作成した作品は工房へ持ち帰り、焼成後に郵送させていただきます。(ご自宅に届くまでに2.5ヵ月ほどかかります。予めご了承下さい)

詳細はWEBにて

NIFRELにふれる

Vol.42

大人の感性も刺激する、生きているミュージアム「ニフレル」。色々な目線で見たニフレルを紹介します。地域ニュースサイトCityLife NEWSからもご覧いただけます。

CityLife NEWS で検索

11月のニフレルでは、参加できるイベントが目白押し！今回は注目のイベント情報をご紹介します。

2日(土)～4日(月・祝)開催の「無印良品×NIFRELコラボワークショップ」では、自分で選んだ植物を土とこけで包んでこけ玉づくりができるほか、好きな生きものを布用クレヨンで描いてオリジナルマイバッグづくりが楽しめます。9日(土)・10日(日)は、「京都造形芸術大学×NIFRELのニフレルキングダム生きものカードのじゃんけんゲーム」。子どもたちにとって身近なカードゲームを通して、楽しく遊びながら生きものたちの生態を学ぶきっかけになるゲームです！17日(日)の「大阪文化服装学院×NIFRELスペシャルファッションショー」では、同校の学生がニフレルの生きものをモチーフにデザインした作品をプロのモデルが着て館内を練り歩きます。そして今回のキュレーターカフェは「アナホリフクロウ」のおはなし。今年8月5日にニフレルで初めて誕生したアナホリフクロウ3兄弟の誕生秘話と成長の様子が聞けちゃいます！

お得な年パスがあればいつでも何度でも楽しめる！ぜひニフレルの秋にふれてみて。

大阪文化服装学院×NIFREL スペシャルファッションショー

日時 11/17(日)
場所 1F「ワンダーモーメンツ」、2F「うごきにふれる」
1日2回開催予定！
(詳しくはニフレルのHPにて)

※カクレクマノミ

無印良品×NIFREL コラボワークショップ［場所：2F「ニフレルメイクス」］

・こけ玉をつくろう
日時 11/2(土) 参加費 2,000円

・オリジナルマイバッグをつくろう
日時 11/3(日)・4(月・祝)
参加費 300円
開催時間 11:00～16:00 4回入替制
※詳しくはニフレルHPにて

キュレーターカフェ 「アナホリフクロウ」のおはなし

日時 11/20(水)・23(土) 10:00～10:30
定員 20名(20日は16歳以上の大人限定、23日は小学生以上のお子様と保護者のみ)
参加費 1ドリンク付き500円
場所 2Fカフェ「EAT EAT EAT」
※事前募集(詳しくはニフレルのHPにて)

3兄弟が生まれたよ！

京都造形芸術大学×NIFREL ニフレルキングダム生きものカードのじゃんけんゲーム

日時 11/9(土)・10(日) 11:00～15:00 (受付は14:45まで)
場所 2F「ニフレルメイクス」
参加費 100円

NIFREL〈ニフレル〉
吹田市千里万博公園2-1 EXPOCITY内
営／10時～20時 年中無休
入館料／
大人(高校生／16歳以上) 2,000円
子ども(小・中学生) 1,000円
幼児(3歳以上) 600円
0570-022060 (ナビダイヤル)

＼ご好評につき、価格を改定して販売再開！／
2019年度版パスポート販売中

販売期間 2020年1月13日(月・祝)まで
有効期間 2020年3月31日(火)まで 販売場所 チケット販売窓口

	通年型パスポート	平日限定パスポート
大人(高校生/16歳以上)	5,900円	3,900円
こども(小・中学生)	2,900円	1,900円
幼児(3歳以上)	1,700円	1,100円

GAMBA NEWS
北摂のJリーグクラブ ガンバ大阪を応援しよう！
ガンバ通信

取材協力／ガンバ大阪 取材・文／吉見梨恵

2019シーズンも残りわずか “高らかに勝利の歌響かせろ”

一時は、プレーオフ圏の16位や降格圏に沈むという苦しい時期もあったガンバだが、一戦勝利すれば一節で順位が大きく入れ変わるという中位から下位の“団子レース”が続いているため、下を向くことなく戦い挑み続けている。しかし、最後まで気が抜けない状況には変わりない。しかし、10月4日(金)にホームで行われた明治安田生命J1リーグ第28節の札幌戦では5-0とゴールラッシュで大勝。続く10月9日(水)YBCルヴァン杯準決勝第1戦で、MF倉田選手がアディショナルタイムのラストワンプレーで劇的な決勝弾を決め、チーム、ファン・サポーターが一体となって喜びを大爆発させたのは記憶に新しい。

残すゲームは5試合。ホームゲームでいうと11月23日(土・祝)のベガルタ仙台戦と30日(土)の松本山雅戦の残り2試合となった。一戦一戦が大事な試合。ぜひ、残りわずかとなったホームゲームはパナスタに足を運んで声援を送り、選手たちを鼓舞してもらいたい。

スポーツの秋！芸術の秋！食欲の秋！を満喫しよう！ 「ガンバ秋穫祭」開催！！

明治安田生命J1リーグ第32節11/23（土・祝）ベガルタ仙台戦は、スポーツの秋！芸術の秋！食欲の秋！を満喫する「ガンバ秋穫祭」開催！！大好評の「マグロの解体ショー」開催や秋の味覚を楽しむ焼さんま、焼ほたてなど海の幸が登場！スポーツの秋はガンバ大阪の応援で決まり！

ガンバ大阪 オフィシャルカレンダー 2020販売開始

ガンバ大阪2020オフィシャルカレンダー販売開始のお知らせです。ぜひこの機会をご利用ください！

■2020壁掛けカレンダー (A:ポスタータイプ) 1,500円(税込)
■2020壁掛けカレンダー (B:書き込み式タイプ) 1,500円(税込)

■2020卓上カレンダー 1,200円(税込)

※いずれも2019FC割引対象
※表紙デザインは予告なく変更となる場合がございます。予めご了承ください。

販売場所 ■ガンバ大阪オフィシャルショップ「Blu SPAZIO(ブルスパジオ)」
■ガンバ大阪オンラインショップ https://store.gamba-osaka.net/
※ガンバ大阪オンラインショップでは、2,500円(送料込み)以上でのご利用となります。

販売開始日 ■Blu SPAZIO(ブルスパジオ) 11/23(土・祝)9:30～
ベガルタ仙台戦より店舗販売開始予定
■オンラインショップ 11/15(金)12:00～

11月のホームゲーム日程

@パナソニックスタジアム吹田

J1リーグ
11/23(土・祝)15時 vs ベガルタ仙台
11/30(土)14時 vs 松本山雅FC
(ホーム最終節)

J3リーグ
11/4(月・休)16時 vs SC相模原
11/24(日)15時 vs ザスパクサツ群馬

チケット好評発売中！
詳細・購入は ガンバチケット 検索

ガンバ大阪 市民応援デー実施中！ ホームゲームをお得に観戦しよう！！

ガンバ大阪では地域社会の活性化とスポーツ文化の振興を目的として、ホームタウンである北摂・北河内地域の小学生・中学生・高校生をホームゲームに無料でご招待しています。対象地域に在学の小中高生は無料、ご家族・ご友人の皆さまもお得に観戦いただけます。ぜひご家族でスタジアムにお越しいただき、ガンバ大阪の試合をご観戦ください。

詳細はガンバ大阪ホームページをチェック！
https://www2.gamba-osaka.net/ticket/hometownday_02.html#game191123

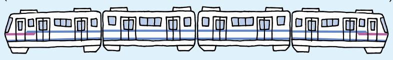
■ 北摂・北河内小中高生応援デー

試合日時 11/23(土・祝) 15:00キックオフ
対象試合 明治安田生命J1リーグ 第32節 vs ベガルタ仙台
お申込期間 11/6(水)まで
対象者 ガンバ大阪ホームタウン地域(大阪府北摂・北河内地域14市3町)に在学の小中高生とそのご家族

※大阪府 北摂・北河内地域14市3町…吹田市・茨木市・高槻市・豊中市・摂津市・池田市・箕面市・豊能町・能勢町・島本町・交野市・門真市・四條畷市・大東市・寝屋川市・枚方市・守口市

席種・価格
1 カテゴリー4(メインスタンド指定席・上層) 大人 3,150円(通常前売価格 3,500円)／小中高生 無料(通常前売価格 2,000円)
2 カテゴリー5(バックスタンド指定席・上層) 大人 2,700円(通常前売価格3,000円)／小中高生 無料(通常前売価格1,500円)
3 カテゴリー6上層(南サイド指定席・上層) 大人 2,250円(通常前売価格2,500円)／小中高生 無料(通常前売価格1,000円)

大阪モノレールからのお知らせ



モノレール沿線ぶらり 1dayチケット

ファミリーでのお出かけにお得です!!

大阪モノレールでは、毎月第3土曜日にご利用いただけるお得な乗車券を発売します(前売りのみ)。

有効区間 モノレール全線乗り降り自由
発売金額 大人600円、小児200円 (大人券1枚につき小児券2枚まで購入可能)
発売場所 大阪モノレール各駅改札窓口
有効日 11月は 11/16(土)
発売期間 11/9(土)～15(金)

EXPOCITY、ニフレル等、提携施設での当チケット呈示でお得な特典もあります。
詳しくはHPから http://www.osaka-monorail.co.jp/

万博記念公園からのお知らせ

万博記念公園 11/2(土)～12/1(日)
紅葉まつり

イロハモミジやヤマモミジなど紅葉に染まる万博記念公園。日本の秋を五感で感じる様々なイベントも開催します。ぜひお越しください。

時間 9:30～17:00(入園は16:30まで)※期間中無休
場所 日本庭園、自然文化園「紅葉渓」ほか
料金 無料
※別途自然文化園・日本庭園入園料(大人260円、小中学生80円)が必要(11/16(土)・17(日)は不要)
休園日 水曜定休 ※11月は無休

紅葉まつりに合わせて特別公開・イベントもいっぱい！
※ほかのイベントはホームページをご確認ください

日本庭園茶室 「汎庵・万里庵」特別公開

日時 11/2(土)～12/1(日) 10:00～16:00

茶室「汎庵」呈茶

日時 11/2(土)～12/1(日) 10:00～16:00(受付は15:30まで)

問合せ 万博記念公園コールセンター 0120-1970-89／06-6877-7387 HP https://www.expo70-park.jp

ABC HOUSING Model Home City Life Report

関西最大の住宅展示場、ABCハウジング千里住宅公園。
秋が深まったこの季節、ゆっくりとモデルホーム見学を愉しんでみてはいかがでしょう。
今回は、高品質の住まいを適正価格で提供する、2つのモデルホームをご紹介します。

アクセスはページ下部を参照ください。

工務店の強みを生かして適正価格でオンリーワンを実現

VIDA 36号地

"世界に1つだけのあなただけの家"がコンセプトの工務店「スタイルハウス」が、自由設計で作るハイグレードデザインをテーマにしたモデルホーム「VIDA（ヴィダ）」を千里住宅公園にオープンしました。

町の工務店から始まり50年近い歴史を持つ同社。施主の要望にとことん付き合い提案する姿勢と、家づくりの基本である「現場を大事にすること」をモットーに、施主の信頼を得て、年間100棟を超えるまでに成長しました。延床面積約37坪という現実的なサイズで「ヴィンテージ×モダン」をコンセプトにしたモデルホームは、造作窓、造作洗面などスタイルハウスが得意とする「造作」が随所に施され、オリジナル性を高めています。LDKはスキップフロアと吹き抜け空間を組み合わせ、開放的な空間を実現しています。また、アメリカンヴィンテージを思わせる1階とは雰囲気を変えて2階はフレンチスタイルに。施主がインテリアスタイルの知識を持っていなくても、社内のインテリアコーディネイターや知識豊富な営業が、スタイリッシュな家を提案してくれます。

外観

リビング：吹き抜けになったスキップフロア

洗面脱衣室：造作棚や造作洗面台

主寝室：白を基調としたフレンチスタイル

来場特典
ご来場予約でQUOカード1000円分プレゼント!
（※初回来場限定）

STYLE HOUSE
06-6816-2227
水曜定休（祝日は営業）　営／10時～18時

延床面積　341.99㎡
1F：127.73㎡
2F：110.03㎡　3F:104.23㎡
工　法：木造ハイブリッド工法
工　期：3.5ヵ月～4ヵ月

高性能な家を安価に提供 2×4とW断熱の快適な住まい

はるくらす 4号地

住み心地にとって重要な「断熱」「気密」「快適省エネ」「耐震」「耐火」が高性能な家を、適正価格で販売するのが「ゆめすみか」のコンセプト。そんなゆめすみかが、一年中、春のように暮らせる家「はるくらす」を11月、千里住宅公園にオープン。高性能な家の5要素を実現するのは、2×4工法とダブル断熱です。

外断熱と内断熱のダブル断熱に24時間全館空調システムを加えることで、室温が一定した快適で健康的な住まいに。また、耐震構造と制振ダンパーのダブル耐震システムによって災害にも安心な住まいになっています。

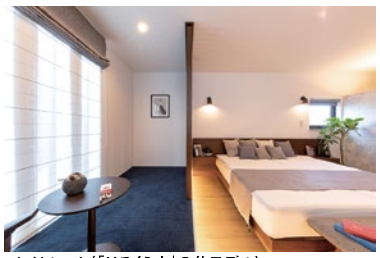
高性能にもかかわらず適正価格を実現しているのは、資材に無駄が出ないように自社でプレカットを行い、自社で運搬することで、顧客の負担となるマージンを極限まで抑えているから。質を下げずに価格を下げるゆめすみかの家づくりを実現しています。また、性能だけでなく、デザインもゆめすみかの得意分野。きっとお客様を呼びたくなる家が実現するでしょう。

外観

契約特典
全館空調1台プレゼント、
もしくは、太陽光発電システム（5kW）プレゼント!（150万円相当）

リビング・ダイニング（「はるくらす」の他モデル）

ダイニング・キッチン（「はるくらす」の他モデル）


ベッドルーム（「はるくらす」の他モデル）

ゆめすみか
072-239-5800
水曜定休（祝日は営業）　営／10時～18時

延床面積　316.41 ㎡
1F　113.84 ㎡
2F　110.11 ㎡
3F　92.46 ㎡
工　法：2×4工法
工　期：3.5ヵ月

11月 マンスリーフェア

イベント開催 11:00～17:00
※イベント・先着プレゼントへの参加チケットは10:00～配布、1世帯1名様限りとなります。

ご来場プレゼント

11/1（金）→30（土）※水曜日を除く

期間中、住宅公園受付で「住まいのアンケート*」にお答えください。モデルホームご見学後、ご覧の賞品をプレゼントします。

洋風 土鍋
洋風のお鍋料理におすすめのオシャレな土鍋をプレゼント!

※写真はイメージです。
食材その他の備品は含みません。
※賞品は予告なく変更される場合があります。

ペットのお仕事体験&わんわん動物園

11/3（日・祝）各回20名様

ペットのお仕事体験
①11:00～ ②14:00～
わんわん動物園
①12:00～13:00 ②15:00～17:00

将来の夢への第一歩!本物の道具を使って、ブラッシング方法やお家でできる簡単なカットを実践しよう。人気のわんちゃんとふれあえるわんわん動物園も同時開催。

※お仕事体験中は、わんわん動物園は中断します
※犬種は変更になる場合があります
※お仕事体験は小学生以下のお子さま対象
動物取扱業者標識:株式会社アイピーシー/弥富市五明町内川平465-1/展示/動尾第215号/2006.9.25～2021.9.24/浅井法恵

きかんしゃトーマス ふわふわ

11/4（月・休）

子どもたちに大人気のエアートランポリン「きかんしゃトーマス」ふわふわが会場にやってきます。

© 2019 Gullane (Thomas) Limited.

工作コーナー（ビニール焼絵） 200組様

絵の具を使ってきみだけのトーマスをつくろう!つくった焼絵はお持ち帰りいただけます。
※写真はイメージです

SANdRA フラワーマーケット

切り花やドライフラワーなど、暮らしを彩るお花を販売。

先着200組様にフローリストおすすめの"ドライフラワーになるセレクトミニ花束"をプレゼント!
※なくなり次第終了

11/9（土）200組様

SANdRA

騎士竜戦隊リュウソウジャー プレイランド

参加無料　11/10（日）

©2019 テレビ朝日・東映AG・東映

- ふわふわリュウソウジャー
- ふわふわリュウソウレッド
- アカレンジャースライダー
- バスケットゴール
- わなげ
- リュウソウレッド握手会
①11:00～ ②13:00～ ③15:00～

※このイベントはキャラクターショーではありません

秋の園芸教室 カラー苔玉『もふもふ♪モスペット』づくり

11/16（土）150組様

育てる苔玉キャラクター"もふもふ♪モスペット"をつくろう。

エリックさんの楽しいえいごshow♪

子供番組や英語教材などでおなじみのエリックさんと一緒に、英語で歌って踊れるキッズショー。小さなお子さまや英語の経験がある方もない方も一緒になって楽しめます。

11/17（日）
①11:30～
②14:00～
（各回30分）

千里住宅公園

大阪モノレール「万博記念公園」駅からすぐ

〈車でお越しの方は〉
●万博記念公園外周道路沿い
〈電車でお越しの方は〉
●大阪モノレール「万博記念公園」駅下車すぐ

TEL 06-6876-1521
www.abc-housing.co.jp/

○専用駐車場有り　○開場時間／10:00～18:00
○住宅公園受付は毎週水曜日定休日（祝日は営業）
※水曜日営業のモデルホームもあります。各メーカーへ直接お尋ねください。
主催：朝日放送グループホールディングス　ABC開発　朝日新聞社

*「住まいのアンケート」はABCハウジング並びに当会場の出展住宅会社からお客様に対し、住宅購入・暮らしに関する情報等をご案内する目的で取得し利用します。1世帯1名様限り、期間中1回限りとさせていただきます。20歳未満の方はご遠慮ください。※催し物については一部、「住まいのアンケート」にご協力いただいた方が対象です。当日の状況により、内容の変更（または中止）や予定時間前に終了する場合もあります。詳しくは住宅公園受付までお問合せください。※各イベントへの参加は、1世帯1名様限り。なくなり次第終了させていただきます。※掲載写真はいずれもイメージです。　CL

イベント&キャンペーンの詳しい情報はホームページで ABCハウジング で検索!

第9回 地チカラフェスタ開催!!

in ロハスフェスタ万博 2019 Autumn

ロハスフェスタの情報は P.24～27参照

開催日時	11月1日(金)～3日(日・祝) 9時30分～16時30分
場所	万博公園・東の広場 ロハスフェスタ内特設ゾーン
参加費用	万博公園入園料(大人260円・小中学生80円)とロハスフェスタ会費(350円・小学生以下無料)が必要です。

大阪北摂地域の商工会・商工会議所指導員の知恵が集結!

『北摂』(三島地域4市1町＋豊能地域3市2町＝7市3町)の地域力、魅力を発信するため、各商工会・商工会議所の指導員が選りすぐりの商品やサービスを選定し出展します。ぜひ、お越しください!

能勢町商工会・豊能町商工会・島本町商工会・摂津市商工会・高槻商工会議所・吹田商工会議所・豊中商工会議所・池田商工会議所・茨木商工会議所・箕面商工会議所(主管)

※出展内容は変更になる場合がございます。

地チカラフェスタ 2019 ご出展店舗

1日間＝11月3日　2日間＝11月1日、2日　3日間＝11月1日、2日、3日　詳しくは http://skk.citylife-new.com/

夢笑喜(こだわりポン菓子)
島本町江川2-15-6-601　2日間
tel.070-1806-5550
国産100%にこだわったポン菓子。米は大阪産、水は大阪府内唯一全国名水百選「離宮の水」を使用。アレルゲン27品目不使用。

のりまきのすけ
高槻市川添2-1-3川添ショッピングセンター1階　tel.072-695-7881　3日間
ふるさと名品オブザイヤー2018「地方創生賞」受賞の「高槻トマトのまるごとキムチ」を是非一度ご賞味ください。

チャコールファーム
高槻市日吉台五番町9-19　3日間
tel.072-647-7605
100%地元産の竹炭で消臭・調湿用の竹炭雑貨を作っています。また、ガーデニングや安心安全な「農」作業に役立つ竹粉炭を販売します。

amtsumg(アムツムグ)
高槻市安岡寺町3-19-2　3日間
tel.072-688-2567
国産い草を使った雑貨。特許製法によるブックカバーを筆頭にペンケースやアイフォンケースなど新しい和の魅力に触れてください。

薩喜庵
高槻市宮田町2-40-10　3日間
tel.072-692-0034
昔ながらの和菓子とかわいい和菓子をめざしてがんばっています。

KAMOSE COFFEE KAMOSE BAKERY
高槻市北園町19-19　3日間
tel.072-648-3018
自家焙煎珈琲店兼食パン専門店。珈琲はスペシャルティコーヒーのみを使用。食パンは国産小麦100%で完全無添加。

ワークショップ　ミニ畳職人
高槻市芝生町2-59-17　1日間
tel.072-649-3210
高槻市の高栄畳店です。大人も子供も親子もミニ畳職人になれます。

ハートギフト
茨木市五日市1-6-17　3日間
tel.072-657-7617
1点からオリジナルギフトを作成するギフトショップです。自社HPより受け付けておりますので、ぜひご覧ください。

株式会社重森産業社
茨木市舟木町11-20　1日間
tel.06-6994-0029
プレートでお困りなら弊社ブースまでお越し下さいませ。いろいろなサンプルもご用意しております。

キレイになる
茨木市奈良町6−102　3日間
tel.090-1223-3410
アボカドオイル、特性アホエンオイル、ココナッツオイルきれいになるオイルトリオです。ワンちゃんの毛づやにティトゥリーオイルもオススメ。ワークショップでいろんなお花を選んで楽しいハーバリウムしてみてくださいね。

イタリアンローストコーヒーNena Nena ESPRESSO
茨木市真砂1-1-32　3日間
tel.080-6133-0999
イタリアのBARブランド「Segafredo Zanetti」の本格焙煎コーヒーを取扱しております。

日本ホームプロダクツ
茨木市主原町6-1-103　3日間
tel.072-657-1322
国内産珪藻土を使用した生活用品を多数ご用意。吸水・速乾効果の高い珪藻土タイルバスマットや珪藻土コースターをはじめ、調湿・脱臭効果に優れた珪藻土調湿脱臭材も人気の商品です。

マイウェイいばらきワークきらり
茨木市東野々宮町10-29　2日間
tel.072-635-2940
商品の向こうに笑顔を!!ワークきらりでは商品が笑顔に、笑顔がつながりに、を目指しステキなモノ作りをしています。

uTa珈琲焙煎所
茨木市北春日丘3-9-21　3日間
tel.080-1486-8502
国際トレーサビリティー法に基づく個人農園指定の珈琲生豆を使用し焙煎仕立ての安心安全なふかふか珈琲をご提供。

悠々堂　まき鍼灸院
茨木市駅前3-1-26　1日間
tel.072-629-1665
刺さないハリ・焼かないお灸・ソフトな整体　体は強い刺激でなくても変わるということを体験していただきたいです。

前村食品
摂津市鳥飼上3-1-15　3日間
tel.072-654-9291
鳥飼なす漬(リンゴ酢・ワイン入)「摂津すぐれもん」にも認証されたお漬物を販売。他鳥飼なすを使用した、ジャム・あめ・肉まんちまき・ミンチカツなどもあります。

大阪銘木青年会
摂津市鳥飼銘木町20-40　3日間
tel.072-654-5555
銘木の街、摂津鳥飼銘木団地から希少な銘木で作った木材製品の数々を皆様にお届けします。

中小企業応援プロジェクト!摂津ブランド認定委員会
摂津市南千里丘4-35　3F　3日間
tel.06-6318-2800
摂津市は北摂一を誇るものづくりのまちです。市内で生産・製造・加工された優れた商品を「摂津優品(せっつすぐれもん)」として認定し、販売促進や商品ブランドの確立、更なる技術の向上を図っていきます。

cake farm
吹田市山田西1-36-1-201　2日間
tel.06-6155-6445
身体に優しいお菓子をコンセプトに大豆を使った焼菓子を販売しています。(できるだけ)国産の材料を使用し、安心安全な商品を手作りしています。

Vellage Mart吹田
吹田市元町7-13ケセラ3F／吹田市昭和町8-19　tel.070-3350-8778　3日間
毎月第4日曜日にJR吹田駅の旭通商店街と新旭町通り商店街のシャッター前などでマ-ケットを行っています。是非遊びに来て下さい。次回開催は11月24日。

有限会社いんやん倶楽部
吹田市江の木町24-36　2日間
tel.06-6389-5128
温め胃腸の整える梅醤エキス。お子様も喜ぶ本葛あめ。お得なビン詰めと食べきりタイプを販売。添加物や保存料なしの調味料やふりかけも。

御菓子司 津村屋
吹田市昭和町14-16　3日間
tel.06-6381-5485
大阪産(もん)を使った手作りの和菓子を販売。当店1番人気!くるみもち、なめらか濃厚栗きんとん、栗がゴロゴロ栗赤飯など。

シナモン・ベル
吹田市垂水町1-29-1　3日間
tel.06-6386-3947
和テイストの手作り雑貨とアロマオイルを使ったボタニカルな生活雑貨を、販売します。

シュッとした和モノギフト
吹田市片山町3-15-8　3日間
tel.06-6389-8778
「運気をアゲる↑」シュッとした和モノ雑貨を、吟味して取り揃えました。勝運・飛躍を表す文様柄は、外国人にも大人気です!

モッケン
吹田市津雲台7-5　3日間
tel.06-6170-5941
安全で健康で財産となる、本当の家づくりを北摂の千里ニュータウンからお届けします。

ロハスプラザ
吹田市広芝町9-9　3日間
tel.06-6192-5830
ロハスプラザは環境・健康・癒しをテーマに安心・安全な商品を提供させて頂きます。

まると
吹田市岸部北2-4-26　3日間
tel.06-6330-6271
地元吹田のアサヒビール工場直送のクラフトビール『隅田川』やフランス産シロップ『MONIN』を使ったノンアルカクテルなどこだわりドリンクをご用意いたしました。

町の酒屋　古木
吹田市樫切山19-41　3日間
tel.06-6878-5528
大阪の日本酒、大阪ワイン、大阪地ビール、大阪産ソース、や吹田のお酢、ノンオイルドレッシング等、大阪を贈ろう、大阪を飲もう!

Porte-Bonheur
箕面市粟生外院6-2-33-107　3日間
tel.072-768-8287
北摂地域に密着し、日々皆様に季節の花を少しでも長く楽しんで頂いたり気軽に何でもご相談頂ける花屋を目指して頑張ります。

Patisserie cri de coq
箕面市白島3-7-2　3日間
tel.072-729-0285
箕面から世界へ発信するチョコレートケーキのお店。スペシャリテのカヌレやチョコレートの菓子があなたを魅了します。

自然派ワイン専門店　北摂ワインズ
箕面市牧落1-19-19　3日間
tel.072-722-3019
北摂随一の自然派ワイン専門店。お手頃価格なボトルワインやグラスワイン。身体に染み渡るナチュラルワインを味わっていただきたいです。お待ちしております。

Fun Fun Kitchen
箕面市如意谷4-3-11　3日間
tel.072-737-4311
箕面で人気の英会話、習い事の学童保育Fun Fun Kids After Schoolが食育の一環として、提供していますこだわりの商品(安心、安全、おいしい)をより多くの方々に提供いたします。

DONUTS DEPT
箕面市牧落1-19-19　3日間
tel.072-720-1072
箕面から体とココロに優しい手づくりドーナツを届けます。

Neiro♪'s Gallery
箕面市西小路4-4-1　3日間
tel.072-710-2715
心を込めてお作りしています。オーダーも受け付けております。ピッタリのアクセサリーが見つかりますように。

M's café
箕面市牧落1-19-18　3日間
tel.090-8205-8435
箕面の牧落でママ達の手作り市を年に4回開催中。今年で11年目になります。

福寿堂
豊中市春日町3-9-12　3日間
tel.06-6855-7326
豊中市の野畑図書館前にある創業53年の和菓子屋です。名物は草餅です。他にも箕面の柚子を使った和菓子をお楽しみくださいませ。

想いを繋ぐ百貨店【TSUNAGU】
箕面市船場東2-1-20 ABCビル6A　3日間
tel.072-728-3911
作り手の「想い」を 使い手に繋ぐ架け橋として全ての人が繋がりによって笑顔になれる百貨店(オンラインショップ)です。

Suay 健康　Labo
箕面市船場西3-7-39VILLAVERDY 3番館510　tel.090-3828-3098　3日間
ボディケア&肩甲骨矯正。短時間で効果的なボディケアです。肩こりの方のお悩み解決いたします。

ゆらぎスタイル
箕面市牧落3-4-20　3日間
tel.090-9961-7602
"植物のチカラ"を使い、身心ともに健康であり続ける、予防、未病ケアの方法をご提案します。

プロスパー
豊中市上新田3-3-16　3日間
tel.06-6832-8977
糖質やカロリーを気にされている方、油脂類不使用、一部果糖を使用のしっとり、もっちりの一度食べたら病みつき(>▽<)になるシフォンです!

ぜんの辛んま
東大阪市若江本町3-6-12　3日間
tel.06-6720-6036
フランスで好評の、「ぜんの辛んま青唐辛子みそ」。程よい辛さと旨味が広がる、万能おかず味噌。保存料・化学調味料は不使用。

パイのお店　souvenir
豊中市夕日丘1-1-1　3日間
tel.06-7171-8462
当店自慢のりんごのパイには、砂糖と卵を使っていない生地、シナモンも入っていないので苦手な方もおすすめ。大きさも食べきりサイズでちょうどいい。

ゲストハウス 日本宿屋168 国際交流倶楽部
豊中市庄内東町2-3-11 第2サンライズビル3階　tel.06-7709-1608　3日間
豊中市内の数少ない宿泊施設の一つです。ゲストハウス日本宿屋168の国際交流倶楽部を通して世界に友人をつくろう! 当日は(ゲーム)中国輪投げ・(販売)中国雑貨を予定しています。是非ブースを覗いてください!

大自然アマゾンからの贈り物「カムカム」
豊中市東泉丘2-9-9　3日間
tel.06-6852-2210
天然ビタミンCをたっぷり含んだスーパーフルーツ「カムカム」を使った、スーパーフードを是非お召し上がりください。

タイ料理 ARTISTプリック
箕面市牧落5-8-33　1日間
tel.090-5249-1731
"辛酸甘塩"にハーブが香る本格タイ料理。味の決め手は自家製ペーストとタレ。淡路島産地鶏のガパオライス、カオマンガイ弁当!

豊中市小売商業団体連合会
豊中市宝山町6-5　3日間
tel.06-6843-0603
豊中市市民の為、豊中の地域活性化の為、活動する団体です。

agg
豊中市本町5-7-5　3日間
tel.080-3852-0069
aggは「おいしい」を約束します。忙しくても簡単でちゃんと「つくった感」のある「日本の乾燥野菜デリ」シリーズを販売。

コーヒーロースト東ときわ台
豊能町東ときわ台4-4-10　3日間
tel.072-738-1237
焙煎したての新鮮なコーヒー豆で最高のコーヒーを提供します。是非ご賞味ください。

株式会社三幸住研
豊中市桜の町3-6-7　3日間
tel.06-4867-3000
住む人がホッとする空間を造る工務店。棚に植物を飾り、吊るしたカゴにはツタ系植物、窓辺にはハーブなどロハスな生活空間をご提案。またスイス漆喰を使ったコースターや漆喰ポット作りを体験できます。

humming bird
池田市石橋1-14-11　3日間
tel.080-2465-7715
オーナー自ら現地へ訪れたり、特別コネクションにより集まった約18カ国分の雑貨たち。海外を旅しているかのような楽しい気分になれる空間です。

HANA ZORI
池田市新町2−14ピアまるセンター2F-1　3日間
tel.072-743-0165
現代の生活に合った鼻緒スタイルで、健康的にスタイリッシュに。女性には足元にも心にも花咲く「はなぞうり」。男性には和尚さんがプロデュースの「和尚さんだる」をご用意しております。新色も揃えております。

森のしっぽたち
池田市新町2-14いけだピアまるセンター2F　3日間
tel.090-1956-6702
うさぎなどの動物をモチーフとしたオリジナルプリントの布雑貨やアクセサリーを販売します。ワークショップも行います。

HONEST INC.
池田市神田1-22-8　3日間
tel.072-752-2388
動物病院の新装、リニューアル工事を事業の柱にナチュラル系雑貨、ハンドメイド雑貨作家さんとのコラボ商品を販売しております。

ランドセルリメイクrural
豊能町光風台1-5-4　3日間
tel.072-738-1070
6年使ったランドセルを捨てることなく普段使える革小物にリメイクします。又、ランドセルで作った小物も販売します。

桜川サイダー
能勢町吉野358　3日間
tel.072-735-2222
江戸中期の1712年に酒造業として創業し、現在まで300年に渡って、天然水を使用した商品を製造・販売しています。

ミドリトコケ
能勢町上杉101-1　3日間
tel.072-734-2278
話題のウサギゴケやコケ玉、個性豊かな苔類。コンパクトな育てやすい植物、お花屋さんではあまり見かけない珍しい植物を集めました。

夢来人の家
能勢町森上138-2　3日間
tel.072-734-2586
木でできた、厚みがあって組み立てが楽しいパズルを手作りしています。自由に遊べる体験コーナーもあるよ!ぜひ遊びに来てね!

みんなの小さなエコを大きなコエに

LOHAS Festa ロハスフェスタ® 万博 2019 Autumn Bampaku

8日間開催！

1st. 11/1 fri. 2 sat. 3 sun. 4 mon. 5 tue. / 2nd. 11/15 fri. 16 sat. 17 sun.

9:30〜16:30 入場証販売は16:00まで　雨天決行※荒天中止

11/16、17は「関西文化の日」。万博記念公園の入園料が無料になります！

【ロハッチ®】ロハスフェスタの公式キャラクターのみつばちの男の子

自分にも地球にもやさしいライフスタイル、それがロハス。

2006年秋、万博記念公園から始まったロハスフェスタ。ハンドメイドの雑貨やファッションアイテム、おうちを彩ってくれるグリーンやインテリア、肌にやさしい服や、カラダがよろこぶグルメまで、13年目のロハスフェスタ万博には、今回も、人と地球にやさしいモノ・コトがいっぱいです。そして誰ひとり取り残さないためのSDGsにも取り組んでいます。
会場は美しい秋の万博公園 東の広場。ご家族、お友達と、素敵な時間をぜひ愉しんでください。

総出展店舗数 約800店舗

お気に入りのアイテムを見つけよう!!

ロハスフェスタの取り組み

「誰ひとり取り残さない」ために、みんなができること。

SDGsが達成された社会を目指すためにロハスフェスタでは様々な取り組みを行っています。

SDGsって？（エスディージーズ） Sustainable Development Goals ＝ 持続可能な開発目標

「SDGs」は2015年に国連サミットで決められた目標で、2030年までに世界のすべての人々が豊かに幸せになるために、そしてずっと地球に暮らしていくために、私たちが目指すべきことが「17のゴール」として書かれています。地球はひとつしかありません。その地球には、課題が山積みです。地球のことは、地球に住むすべての人が、一緒に考えて、今すぐ課題に取り組んでいかなければ解決しません。小さい行動だって、集まったら大きな力。SDGsのゴールに向けて自分たちにできることからはじめていきましょう。

持続可能って？ 今、自分のまわりのことだけではなく、未来のみんなや地球も今みたいに暮らせるということ。

開発って？ 十分に食べられなかったり、学校に行けなかったり、病気でも病院に行けなかったり、住んでいるところがとても危険だったり、暴力をふるわれたり、自由に意見が言えなかったりすることをなくして、みんなが安心して、自分の能力を十分に発揮しながら満足して暮らせるようにすること。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

1 貧困をなくそう　2 飢餓をゼロに　3 すべての人に健康と福祉を　4 質の高い教育をみんなに　5 ジェンダー平等を実現しよう　6 安全な水とトイレを世界中に　7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに　8 働きがいも経済成長も　9 産業と技術革新の基盤をつくろう　10 人や国の不平等をなくそう　11 住み続けられるまちづくりを　12 つくる責任つかう責任　13 気候変動に具体的な対策を　14 海の豊かさを守ろう　15 陸の豊かさも守ろう　16 平和と公正をすべての人に　17 パートナーシップで目標を達成しよう

資源回収の取り組み ご自宅にある資源をお持ちください。

ロハスフェスタでは、資源を回収しています。使用済みの天ぷら油は発電機に使えるバイオディーゼル燃料になります。牛乳パックもトイレットペーパーとして会場で使っています。紙袋はマイバッグを忘れた方に配り、レジ袋の削減に役立たせています。

13 気候変動に具体的な対策を　14 海の豊かさを守ろう　15 陸の豊かさも守ろう

- ☑ 牛乳パック
- ☑ お酒の紙パック
- ☑ ダウン
- ☑ 使用済み天ぷら油
- ☑ 古本
- ☑ 紙袋

SDGsに関するロハスフェスタの取り組み

ゴミ減量の取り組み

マイ食器・カトラリー・マイボトル・マイバッグをお持ちください。

お皿やお箸、水筒は繰り返し洗って使えるのでゴミの量がグンと減ります。ご自宅から、お気に入りのものを持ってきて、ロハスグルメをお楽しみください。会場内の洗い場スペースで洗えます。

13 気候変動に具体的な対策を　14 海の豊かさを守ろう　15 陸の豊かさも守ろう

レジ袋＆ストローについて

使い捨てビニール製レジ袋やプラスチック製ストローは、環境への影響を配慮して、会場での使用を差し控えております。マイバック・マイストローをご持参いただき、ロハスフェスタをお楽しみください。

マイ食器・マイボトルを忘れた人は…

リユース食器をご購入頂く必要があります。（1つ100円）ごみの出ないイベントに向け、ご協力をお願いします。

▼ リユース食器は1つ100円

環境にやさしいカトラリーを各10円で販売をしています！▲

LOHAS Festa Bampaku

親子で楽しめるコンテンツもSDGsに繋がっているよ

みんなで美味しく食べよう 子ども食堂

参加無料　各日先着200名

開催日：11/3(日・祝)・17(日)
時　間：9時45分 整理券配布開始、10時半より提供開始

今回も子どもたちが笑顔になれるようなメニューを用意します。青空の下、みんなで食べればさらにおいしい！ぜひ、お立ち寄りください。小学生が対象となります。

ロハスフェスタ キッズエコツアー

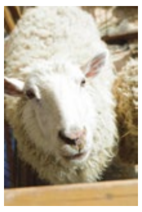
参加無料　事前予約優先制

開催日：11/4(月・振休)11時〜、13時〜

ロハスフェスタの会場をロハスお兄さんと一緒にまわって、ロハスやエコについて学びましょう！参加者には参加記念のロハスフェスタキャップとロハスエコキッズ認定証を差し上げます。ロハスフェスタ公式WEBサイトにて予約受付中です。

子どもも楽しい！ 遊具や可愛い動物がやってくる！

今回も可愛い動物たちが会場にやってきます！秋空の下、色々な動物と触れ合ってみてください。またふわふわ遊具や、ミニSLなど笑顔あふれる遊具もやってきます。ぜひ、お立ち寄りください。（参加費や実施日はそれぞれによって異なります。公式WEBにてご確認ください。）



お金ではなく想いのやりとり xChange

開催日：全日

モノが循環する豊かな社会づくりを目指した、服の物々交換会です。自分ではもう着ない服を持ち寄り、思い出を「エピソードタグ」に書いて並べます。エピソードタグを読みながら、気に入ったモノがあったら、ワードローブに仲間入り。エコにおしゃれを楽しみましょう！

テント布（ターポリン）でつくろう！ 世界にひとつだけのマイバック

開催日：11/1(金)・5(火)・15(金)
参加費：500円〜1,000円
※大きさによって異なります。

ロハスフェスタや他のイベントで使用した看板用テント布でマイバックをつくります。柄は切り取る部分でさまざま。環境にやさしいリユース素材で、世界にひとつだけのマイバックをつくりましょう！

大阪府立豊中高等学校

開催日：11/16(土)・17(日)

『より多くの人にフェアトレードについて知ってもらいたい』そんな想いを胸に、豊中高校がロハスフェスタに初出展します。ブースではパネル展示やフェアトレード商品の販売などを実施。フェアトレードの仕組みを学び、選ぶ意味を知ることができます。

小枝でつくろう！ スプーン&フォーク

開催日：全日
参加費：300円／本

間伐材を利用したスプーン&フォークを作りましょう。大人はもちろん、子どもでも簡単に作れます。自分だけのオリジナルスプーン&フォークで美味しいごはんを食べましょう！

テンションHigh！ 赤ちゃんハイHighレース

開催日：11/1(金)・15(金)11時〜

青空の下、芝生の上、赤ちゃんとママ・パパも楽しめる企画です。
●事前予約優先制、当日予約は10時半より先着順でハイハイレース会場にてスタートします。

ハワイが満喫できる AWAHAWAエリアが登場！

開催日：11/15(金)・16(土)・17(日)

AWAHAWA

ハワイ雑貨、ハワイアンコーヒー、AWAJIプラチナ農業女子による淡路島産の新鮮な野菜などが並びます。ALOHAスピリットとLOHASを感じていただき、ハワイが好きな方に喜んでいただくゾーンを展開します。AWAHAWAステージでは毎日フラのショーも開催します！

兵庫県立淡路景観園芸学校

兵庫県立淡路景観園芸学校は、淡路島の豊かな自然環境をフィールドに、専門職大学院、園芸療法、生涯学習の3つの課程で、花と緑をとおした環境や文化を育む景観園芸を学ぶ唯一の学校です。一般開放されているアルファガーデンでは、年間を通して日の出から日没まで自由に見学でき、四季折々の植物を楽しむことができます。

淡路景観園芸学校
ALPHA Awaji Landscape Planning and Horticulture Academy

ロハスフェスタ 日本茶ワークショップ

開催日：全日　参加費：300円

冬に向けて、「カラダあったまる」ブレンドティー作りのワークショップです。いろんな年代の方にでも気軽に楽しんでいただける人気のワークショップです。3種類のベースのお茶と20種類のハーブから好きなものをチョイスしトッピングし、"自分だけのごちそう茶"を作ったあとは、袋にいれてお持ちかえりしていただきます。

Topics

LOHAS STAGE

1st.

11/1(金)

11:00〜11:30	Ruka Aosora
12:00〜12:30	佐合井マリ子
13:00〜13:30	木下徹
14:00〜14:30	朱ノヲト
15:00〜15:30	Ruka Aosora

11/2(土)

10:30〜11:00	461モンブラン
11:15〜11:45	大橋タカシ
11:45〜12:00	HAWAII PROJ.
12:00〜12:30	関西学生 フラサークル連盟
13:00〜13:30	木村友美
13:45〜14:15	高田志麻
14:30〜15:00	籠谷 紗希
15:15〜15:30	梅花歌劇団

11/3(日・祝)

10:30〜11:00	若林美樹
11:15〜11:45	ヒサ絵
13:30〜14:30	FM OH!公開収録 私の思い出／長澤知之
15:00〜15:30	土肥ポン太

11/4(月・振休)

10:45〜11:00	HAWAII PROJ.
11:00〜11:30	ポーマイカイフラスタジオ京都
12:00〜12:30	かしもとゆか
12:45〜13:00	HAWAII PROJ.
13:00〜13:30	Ka 'ohu'ilima's Hula
14:00〜14:30	アンサンブル ボロッコリー
15:00〜15:30	u-full

11/5(火)

11:00〜11:30	lele*haniho
11:45〜12:00	HAWAII PROJ.
12:00〜12:30	ママフラサークル PARCO
13:00〜13:30	ササキホナミ
14:00〜14:30	亀田ゆか
15:00〜15:30	Prórroga(信政誠×松田礼央)

2nd.

11/15(金)

10:30〜11:00	市村順平
11:30〜12:00	Novelman
12:30〜13:00	Noel & Lisa
13:15〜13:45	Rosa・Linda with 奥田朱美
14:00〜14:30	齋明寺麻里愛
15:00〜15:30	Noel & Lisa

11/16(土)

10:30〜10:50	フクイヒロキ
11:00〜11:30	H2Oサンタ
12:00〜12:30	きしもとしおり
12:45〜13:15	さつきのあき
13:30〜14:00	梶有紀子
14:15〜14:45	小林未奈
15:00〜15:30	chako*
16:00〜16:30	軽トラガーデン 表彰式

11/17(日)

9:45〜10:15	花ふるバンド
10:30〜10:50	直子
11:00〜11:30	H2Oサンタ
11:30〜12:00	土肥ポン太
13:30〜15:30	FM COCOLO 公開収録 金延幸子／岩崎愛
15:30〜16:00	イケダレンジャー

Pick up Artist

Ka'ohu'ilima's Hula

尼崎・阪急園田駅から徒歩5分のスタジオで、明るく気さくな関西女子が集まり「気楽に、でも真剣に」をモットーに楽しくレッスンに励んでいます。カヒコ（古典フラ）やアウアナ（現代フラ）だけではなく、ハワイ語やレイメイキング、フラにまつわる様々なことをバランスよく学べる教室です。

Noel & Lisa
（ノエル & リサ）

ダブリンの音楽一家に生まれ、コンサーティーナ奏者のNoel Kenny（ノエル・ケニー）と日本人奥さんでフィドラーのLisaのデュオ。生活感あふれる本場のアイリッシュ・トラッドセッションの雰囲気をお届け致します。

籠谷紗希

『ココロ歌うバイオリニスト
〜あなたに愛と倖せを運びます〜』
身近に生の音を感じて頂き、楽しく心地の良い空間を聴衆と共有する事が大好きです。

Novelman

梅花歌劇団

イケダレンジャー

協力：ネッツトヨタニューリー北大阪
※ステージの内容は予告なく変更する場合がございます

Topics

11/1〜4、11/15〜17、 道の駅いずみ山愛の里 × ポン太青果 (土肥ポン太がやってくる！)

※11/3(日)と11/17(日)には必ず！それ以外も期間中に度々やって来ます！

ブース展示：11/1(金)〜4(月・振休)・11/15(金)〜17(日)
ステージ出演：11/3(日・祝)・11/17(日)

昨年に引き続き、ポン太青果オリジナル商品&野菜果物販売を実施します。
神出鬼没の土肥ポン太！期間中時間があればポン太自ら販売します。
今回は「黄金のダイヤモンド和泉のみかん」にスポットを当て、展開します！
どうぞご期待ください。

大阪府和泉市「道の駅 いずみ山愛の里」
応援隊長 土肥ポン太さん

道の駅 いずみ山愛の里

和泉市南部リージョンセンター 道の駅 いずみ山愛の里 × ポン太青果

800もの店舗をめぐろう！

ロハスフェスタの一番の魅力は、なんといってもロハスなこだわり作品が一堂に会することです！
目移り必至の想いのこもった作品たちを、ぜひ手にとってみてください。

端材工房
出展日：全日
世界の様々な木をつかって木工雑貨、木工おもちゃ、木工アクセサリーなどをつくって販売します。着色せずに木のそのままの色を活かしてカラフルに仕上げています。長く使い続けられる木工製品です。

Jyudy's
出展日：全日
韓国の農場へ行って直接目で見て、生産者さんと顔を合わせて、可愛くて綺麗な多肉植物を入荷させてもらっています。皆様の毎日が笑顔になるお手伝いをさせて下さい。

インド料理専門店 クシュクシュ
出展日：全日
国産野菜とインドのスパイスのみを使用したヘルシーなインドカレーと炭火のタンドゥール釜でその場で焼く焼き立てナン。

アロマフランス
出展日：11/15〜17
フランス産のオーガニックハーブを使ったブレンドハーブティ。季節や自然を感じられるハーブを生活に取り入れてみてください。

maruyu
出展日：11/1〜5
風合いの良い麻ハンプをオリジナルで染めたトートバッグは、色も形も可愛くてお出かけするのがもっと楽しくなりそう！布バック、リュック、大人服、財布、雑貨など。

hugeceramics
出展日：11/1〜5
マグカップ。長野で手作り陶器を作っています。

CHAPPI
出展日：全日
ふわとろオムライス、特製ハヤシライス。徹底した管理のもと生産された地元京都産の新鮮たまごや京都産の玉ねぎを使用。

ユニークマーケット
出展日：全日
木と革を使った、こだわりのリストウォッチ。フェイスの種類も豊富で、様々な色のベルトとの組み合わせをお楽しみいただけます。

Granon［自家製グラノーラ］
出展日：11/1〜3、15、17
自家製グラノーラとドライフルーツ

meadow&friends
出展日：11/1〜5
自然にも人にも優しい綿やウールを主に使用し、親子で楽しめるハンドメイドの作品を作りました。

ombre
出展日：11/15〜11/17
ドライフラワーやプリザーブドフラワーを使用したオリジナルのブーケやリース、スワッグ。全て手作りです。

nagomi
出展日：全日
リブロース丼、ロコモコ丼。ハーブソルトと上質な肉の旨味の上に特性ステーキソースの相性がバッチリです。

三兄弟工房＋1
出展日：11/1〜5
五島椿を使用したピアス、イヤリング。五島列島の豊かな自然で育った椿を、あく抜き、乾燥からすべて自分でやっています。

millepie+honu
出展日：11/15〜11/17
天然石を使ったアクセサリー。天然石をワイヤーアレンジすることで、トレンドを意識しつつも個性的なアクセサリーを多数ご用意。

出展名：okyan+
出展日：全日
樹脂、真鍮、リネンやコットンの天然素材などを組み合わせて自由に製作したアクセサリー。マイバッグ持参でオリジナルポストカードをプレゼント。(なくなり次第終了)

La chaleur
出展日：11/1〜5
肌に優しいダブルガーゼを使ったベビースタイ。デザイン、使いやすさにこだわったスタイを作っています。

RJ COFFEE ROASTERS
出展日：11/1〜5
スペシャルティコーヒー豆を車中自家焙煎。バリスタが一杯一杯丁寧に抽出します。食べられるカップ「エコプレッソ」の新作をお楽しみに。

savon futur … and more!
出展日：全日
人や環境にも優しい石鹸や雑貨、アクセサリー。
暮らしを彩る少しいいものを集めました。

ハンドメイドショップNO,15
出展日：11/1〜5
リメイク雑貨捨てればゴミになるものをなるべく利用して安く雑貨を作っています。同じものは作れませんがいびつで一点物の雑貨をみにきてください。

PIZZA ROTOLO
出展日：11/1〜5
イタリアナポリから取り寄せた石窯で焼く本格ナポリピッツァ。

Petit Maple Leaf
出展日：11/1〜5
カナダで拾ってきたドングリの笠を使用しブローチに仕上げています。真夜中に絵本から飛び出してパレードしている動物達をイメージして羊毛でオリジナル作品を制作しています。

Vege Hug Burger
出展日：全日
動物性食材不使用のハンバーガー。国産小麦と自然酵母を使用した自家製バンズに自慢のベジパティをサンドしています。

KanaHa
出展日：11/1〜5
オリジナル木工品、木工小物、木工雑貨、アンティーク風シェルフなど。丁寧に作りあげ、ディスプレイとしても、多用途としても幅広く活用できる商品。

星月の出逢い
出展日：11/1〜5
日々の暮らしに彩りを添えるアロマキャンドルや花雑貨を中心に木工作品や落ち着いた雰囲気のアクセサリー。

LOHAS Festa Bampaku

こだわりの雑貨やおいしいフードなど

CRAMS BANANA
出展日:全日
バナナジュース専門店クラムスバナナです。国産、フィリピン産、エクアドル産の高級バナナを使用。

muguet_muguet
出展日:11/16
フラワーアレンジメントのワークショップや、ドライフラワーのリース、スワッグ、またアーティフィシャルフラワーを使って作った小物

Cedar Rose
出展日:11/15〜17
建材や外壁塗装剤の廃材を使ってリメイクしたハウスです。南仏のプロバンス風の塗り壁、テラコッタ風の屋根、壁には妻飾りを付けてより可愛いミニハウスです。

きなり工房
出展日:11/1〜5
陶器の器、陶器のハウス、陶器雑貨手作り植木鉢、ミニ盆栽、苔玉など。

BUTTER CREPE LAB.
出展日:全日
高温の鉄板の上でバターを染み込ませながら焼き上げる、サクッ、ジュワッ食感の焼き立てホットクレープです◎本当に美味しい本物のクレープを届けます。

M-B JUNK
出展日:11/1〜5
古木やレトロガラス、ヴィンテージボタンなど古い素材に遊び心をプラスして、暮らしに馴染む雑貨を作っています。

KiKi工房
出展日:11/1〜5
再生土を利用して製作した陶器や陶雑貨。オリジナルの食器、花器、テーブル小物、アクセサリー、オブジェなど。現代のライフスタイルに合うシンプルで使い易いデザインの器と、日々のくらしが楽しく豊かになるような陶雑貨。

さんかくなべつかみjunsun
出展日:全日
キッチン布小物、さんかくなべつかみ、アームカバー、ティーコゼー、鍋帽子など。エコでシンプルなキッチングッズはいかがでしょうか。

アロイ食堂
出展日:全日
ガパオライス・カオマンガイとタイ米を使ったメニュー。自家農園で育てたハーブを使用したトムヤムクンも。

Aplysia
出展日:11/15〜17
ワンランク上のサコッシュをお探しの方へ国産帆布にこだわり上質なバッグを制作しております。カラフルであなただけのバッグを見つけて頂けます。

Blumen
出展日:11/15〜17
海外の珍しい布やパーツを使用し、他にはない1点ものに拘った作品造りをしています。チェコビーズ・チェコボタン使用のアクセサリー、キッズトイ、ワークショップなど。

morico
出展日:11/1〜5
北欧風の生地やアメリカンコットンなどを使い、シンプルでポップながま口。中を開けるともう一つがま口のついた親子がま口ポシェット、スマホケース、がま口バッグなど、バリエーション豊富にご用意。

SAVERA
出展日:全日
濃厚☆リアルバターチキンカレー。100%オーガニックな食材にこだわり仕上げた体に優しいお料理です。

鞄屋 LEFTY HORSE
出展日:11/1〜5
自然に優しい植物タンニンでなめした革を使って鞄やお財布などの小物を仕立てています。お手入れをして頂くことにより、さらにエイジングを楽しんでいただけます。

ルポフルール
出展日:11/1〜5
大人気の「ワックスプレート」や「ハーバリウム」、そして当店オリジナルの「フェイクグリーンアレンジ」など。木の実とフェイクグリーンを使った「スワッグ」ワークショップも開催します！

Punkt.
出展日:11/1〜5
元はガラスの瓶やお茶碗、湯呑みなどが海の中で割れ、長い年月をかけて転がり角がとれたものです。色んな浜辺から集めたシーグラスなどを使った、一点ものアクセサリー。

ハンドメイド愛生
出展日:11/1〜5
身の回りの物を手づくりします。木製棚、ドライフラワーアレンジメント、布鞄、小物、レースストール。

場所 万博記念公園・東の広場[大阪府吹田市] 雨天決行 ※荒天により中止になる場合があります。

日時 1st 11/1(金)・2(土)・3(日・祝)・4(月・振休)・5(火) 2nd 11/15(金)・16(土)・17(日) 9:30〜16:30 入場証販売は16:00まで

会費 350円[小学生以下無料] ※別途入園料(大人260円・小・中学生80円)が必要 ※障がい者手帳をお持ちの方ご本人と介助者1名無料
※イベントの内容は予告なく変更になる場合がございます。

主催 ロハスフェスタ実行委員会／シティライフ

後援 環境省／大阪府／吹田市／国立研究開発法人 宇宙航空研究開発機構(JAXA)／関西テレビ放送／公益社団法人ゴルフ緑化促進会／一般社団法人日本ホビー協会

協力 AWAJISHIMA&HAWAII／一般財団法人大阪府みどり公社／NPO法人こども手づくりプロジェクト／FM OH！／FM COCOLO／大阪モノレール／希望の環プロジェクト／郡上割り箸／Green Down Project／兵庫県立淡路景観園芸学校／ベネフィット・ワン

問合せ ロハスフェスタ大阪事務局(シティライフNEW内)
〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23 Tel.06-6338-0641 Fax.06-6368-3505

ロハスフェスタ 公式WEB

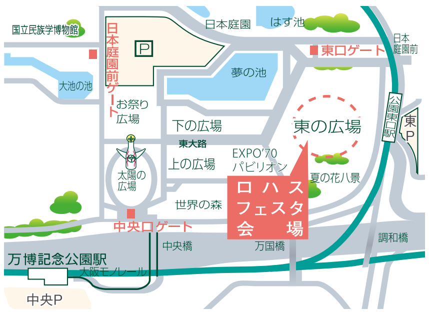
フェスタ開催中の会場の様子や様々な情報の発信をこのWEBでどんどん更新していきます！会場を回りながら要チェック！

ロハスフェスタ 検索

LOHASFESTA
LOHAS_FESTA ロハスフェスタ

ロハスフェスタメルマガ会員募集！

次回の開催予定や出展募集など色々な情報を発信。登録は簡単。QRコードを読み込んで、登録されるメールアドレスを入力して送信してください。@citylife-new.comから登録完了の自動返信が届きますので、ドメイン設定をお忘れなく！PCからでももちろんOK！ぜひ、ご登録ください。



公共交通機関をご利用ください

■阪急宝塚線・蛍池駅 ■地下鉄御堂筋線・千里中央駅 ■阪急千里線・山田駅 ■阪急京都線・南茨木駅 ■地下鉄谷町線・大日駅 ■京阪本線・門真市駅 それぞれから大阪モノレールへ乗り換え 万博記念公園駅下車

◎お車でご来場の方はイベントでの飲酒はご遠慮ください。◎お支払いいただいた会費の払い戻しはいたしません。◎当日会場内で取材や記録用写真・動画などの撮影を行います。ロハスフェスタの紹介に使用される場合がありますので、ご了承ください。◎会場内では安全管理のため大型テントやタープ、足つきテント、ペグなどの使用をご遠慮いただいております。

イベントアルバイトスタッフ募集！

シティライフが運営する「ロハスフェスタ」「カレーEXPO」「ラーメンEXPO」などのイベントをお手伝いいただける元気なアルバイトスタッフを募集します。いっしょに地域イベントを盛り上げていきませんか？

定員になり次第締め切りますので、できるだけお早めにご応募ください。

上記フォームよりご応募ください。(QRコードからも応募できます)後日、ご連絡致します。https://ssl.form-mailer.jp/fms/6f34c2e3494921

仕事：会場設営、誘導、受付、会場運営など
時給：1,000円(交通費別途支給・昼食付)

お問合せ：シティライフNEW イベント事業部
摂津市千里丘1-13-23 TEL06-6338-0641

◆シティライフグルメ Instagram更新中 @citylife_gourmet

とろける味わいのチーズに惹かれて

世の中にあふれる多彩なチーズ。そのまま味わうのも良し、香ばしく焼き上げるも良し、
もちろんデザートにも。思わず笑顔になる、バラエティ豊かなチーズ料理を愉しんでください。

丸ごとカマンベールの窯焼き
980円（税別）

FOOD

薪窯で焼き上げた、熱々カマンベールを召し上がれ

ロマンチック街道沿いに開業して15年、気軽に本格イタリアンを楽しめると地元で愛されている人気店。なかでも注目メニューの「丸ごとカマンベールの窯焼き」は、薪窯でカマンベールをまるごと焼き上げ、白トリュフの香りをプラス。とろりと溶けた熱々のチーズを、甘味の強いインカのめざめや霜降りひらたけなど、付け合わせのこだわり野菜や厚切りベーコンに塗って食べれば、チーズ好きも大満足のおいしさ。

5種のチーズのピッツァ1,580円（税別）は、ゴルゴンゾーラやリコッタ、レッドチェダーチーズなどをトッピング。生地のエッジには蜂蜜がたっぷり！

ROSSO〈ロッソ〉
豊中ロマンチック街道店
豊中市桜の町6-18-30
営／11時～23時
無休　平日ディナータイムのみ分煙
☎06-6850-8400
http://www.rosso-fan.com/toyonaka/

FOOD

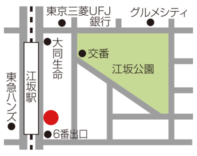
濃厚なミルクの旨味とクリーミーな食感 とろ～りと伸びる出来立てモッツァレラ

2017年ナポリピッツァ職人世界選手権で世界1位に輝いた「マルゲリータ クラッシカ」が看板メニューの同店。450～480度の薪窯で焼き上げた本格ピッツァやイタリア料理が楽しめる。一度味わったらリピート確実なのが、飛騨高山の牧場から届く新鮮なミルクを使った「出来立て!自家製フレッシュモッツァレラチーズ」。注文が入ってから練り上げるので、驚くほどの伸びの良さ。舌の上でミルクの風味と幸せな食感が広がる逸品。

出来立て！
自家製フレッシュモッツァレラチーズ
1,045円

ナポリピッツァ職人世界選手権で世界1位のマルゲリータ クラッシカ（1,320円）は、トマトソースと水牛モッツァレラが絶妙なコンビネーションを奏でる。

PIZZERIA&BAR girasole RICCO
〈ピッツェリア バール ジラソーレ リッコ〉
吹田市江坂町1-23-32 リバーポール江坂1F
営／11時半～15時（土・日・祝日のみランチ営業）
17時半～24時（月・水・木）17時半～26時（金・土）
火曜定休　ディナータイムのみ分煙
☎06-6170-6462
http://ricco.hp4u.jp



DRINK

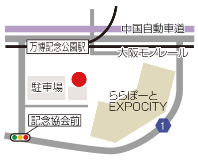
左から、「君たちキウイ」「情熱のイチゴ」「握りしめたマンゴー」
各648円（※11月20日までの提供予定）

焦がしたらこんなもん 凍頂ウーロン茶（594円）は甘さ控えめ。注文してからバーナーでこんがり焦がすカラメルチーズクリームとタピオカの食感がやみつきに。

ふわふわチーズクリームと新鮮フルーツたっぷりの新感覚ドリンク

大阪と兵庫で現在3店舗展開しているチーズティー専門店。色鮮やかな3種のフルーツチーズティーは万博公園店でしか飲めない限定メニュー。北海道産のクリームチーズをミキサーで細かく泡立てたクリーミーなチーズフォームと果肉たっぷりの自家製フルーツソースのフローズンドリンクは新感覚！沖縄産黒糖で炊いたもちもち大粒タピオカが入った定番のチーズ×ミルクティーも大人気。全メニュー制覇したい。

チーズティー専門店
この世界観 万博公園店
吹田市千里万博公園1
営／11時～21時
Instagram@konosekaikan



FOOD

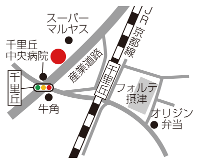
とろけるチーズを産直野菜にたっぷりからめて味わう贅沢

プレーンチーズフォンデュ
（2人前よりオーダー可）
1人前2,400円（税別）

「新鮮野菜を味わうには、おいしいチーズがはずせない!」と、2016年にオープンした野菜とチーズ料理がメインのお店。チーズフォンデュは4種類あり、いずれも産地直送のカラフル野菜と、ソーセージ&自家製パンをセットにした内容。プレーンチーズフォンデュは、フランス産およびスイス産のチーズを絶妙な配合でブレンドした本格的な味わいとなっており、チーズフォンデュの入門編としてもおすすめ。

ゲストの前であつあつを削り入れる大人気の季節野菜のラクレット1,600円（税別）。もっちりとした食感&コクとまろやかさ、焼き目の香ばしさがクセになる！

Vege Kitchen Awajin
〈ベジ キッチン アワジン〉
摂津市千里丘1-12-31
営／ランチ11時半～14時半（L.O.14時）
ディナー17時半～22時半（L.O.22時）
火曜定休　禁煙
☎06-6170-4242
https://awajin.owst.jp



40年以上受け継がれてきた、愛される絶品チーズケーキ

SWEETS

先代から受け継いだレシピと製法を40年以上変えることなく、丁寧に焼き上げたこだわりのチーズケーキ。祖父母から孫と3世代のお客さんも多いそう。よつ葉乳業のバターやクリームチーズなど厳選した材料を使い、チーズのコクを際立たせたなめらかでやさしい味わいに仕上げている。プレーンのほか、サワークリームをのせたエスプレッソコーヒー、アールグレイティー、ブルーベリー、チョコレートの5種類の味が楽しめる。

乳製品がまだ入手困難な頃に外国人から教わったレシピのチーズケーキ。外国製のタルト型やベーキングパウダーも昔から変えず、今では手に入りにくいものも多い。ホール2,310円

奥からプレーン 263円
ブルーベリー・エスプレッソコーヒー・アールグレイティー・チョコレート 各315円

チーズケーキ専門店 TOPOLINO

〈トポリーノ〉
吹田市樫切山10−1
営／11時〜18時
日曜定休
06-6875-7617
https://dessert-restaurant-396.business.site

イタリアのおばあちゃん直伝のティラミスのおいしさにうっとり

SWEETS

薪窯で焼く本格ピッツァが人気の同店。新たにメニューに加わったのが、イタリア修業から帰ってきたシェフが、現地のおばあちゃんに教わったというティラミス。日本での定期入荷が困難なマスカルポーネをふんだんに使用しており、一口食べると濃厚かつ爽やかなチーズのおいしさで思わずうっとり。ふんわり軽いなめらかな口当たりでスッと溶けていく。地上に芽吹く新芽をイメージした珈琲豆とスプラウトのデコレーションも魅力的。

熟成期間1〜2年のラスパドゥーラチーズを削りたてで堪能できる、ラスパドゥーラ小皿盛り（約50g）500円（税別）。瑞々しい味わいが広がる珍しい一品。

ジェロマーナ
おばあちゃんの
天国ティラミス
750円（税別）

PIZZERIA THE SANFELICE

〈ピッツェリア ザ サンフェリーチェ〉
箕面市桜井2-10-18
営／ランチ11時〜15時（L.O.14時）
ディナー17時〜22時（L.O.21時半）
無休 禁煙
072-743-5554
http://www.pizza-sanfelice.com
https://facebook.com/mino.pizza.sanfelice

チーズのプロが、初心者から上級者まで納得のチーズをご提案

TAKE OUT

今年の9月24日にオープン。C.P.A.認定チーズプロフェッショナル&チーズ検定講師の資格を持つ店主が、常時20種類ほどあるチーズの中からお眼鏡にかなったチーズを提案してくれる。チーズティーの販売もしており、お買い物を楽しみながらの一休みもOK!
（※チーズはすべて、仕入れ状況により価格が変動する場合があります。）

チーズとワインのお店 cache-cache

〈カシュカシュ〉
箕面市稲6-15-17-1F
営／12時〜17時
月・金・土・日曜定休
（予告して土日営業する場合あり）
禁煙
072-734-8415
Instagram@cachecache.chiko

チーズフォームにデンマーク産クリームチーズを使用したチーズティー（ストレート、ミルクティーの2種）通常サイズ各400円／お試しプチサイズ各150円。※売り切れ次第終了

写真左「Ossau-Iraty（オッソーイラティ）」1,390円。フランス産セミハードチーズ。羊乳のチーズの中でもくせがなく、ミルクのコクとナッティな甘味・風味が羊乳チーズ初心者にもオススメ。ぜひ赤ワインと一緒に。
写真中央「Munster（マンステール）」1,290円。フランス産ウォッシュチーズ。外皮の独特の強い香りと、中身のねっとりとした食感、コクと甘味が特徴。辛口の白ワインと合わせて。
写真右「スキクイーン」1,500円。ホエイを主要原料としたノルウェー産のチーズ。見た目も製法もキャラメルに似ており、塩キャラメルのような味わいがコーヒーにぴったり。

TAKE OUT

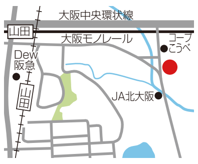
手前からフレークチーズの「君幸（きみゆき）」1,620円（90g）、フレッシュで仕込み専用容器で熟成する「名もなきチーズ」2,160円（110g）、そして「熟成ホエーのリコッタチーズ」1,080円（140g）

凝縮されたリッチな味わい“虜にさせるチーズ”たち

大阪初となるチーズ工房を備えた実力派イタリアン。手間を惜しまず手作りしたチーズや長期熟成させた豚、猪、鹿や熊などの自家製ハムとともに至福の料理が味わえる。国産チーズのコンテスト「Japan Cheese Award 2018」では、初エントリーしたこちらのチーズ3品すべてが受賞。搾りたてのジャージー牛乳や羊乳から仕込む常時10種類程のチーズたちはランチやディナーコースでも提供される。販売もしているが予約は必至!

Trattoria il Fioretto

〈トラットリア イル フィオレット〉
吹田市山田東4-13-15
アパートメントカリーネ 1F
営／12時〜15時、18時〜22時半
月曜、第1・3日曜定休 禁煙
06-6875-6877
http://www.ilfioretto.jp/



青森・奥入瀬 三元豚の自家製生ハム2種類とサラミ1種類とチーズ2種の盛り合わせ。その時々で最高の熟成具合のものが味わえる。

初開催！

日本最大級チーズの祭典

2019 in万博公園

チーズEXPO

Cheese

日本最大級チーズの祭典「チーズEXPO」は、日本の食文化に欠かせない
チーズを題材に、さまざまな料理が登場します。
チーズの世界をお楽しみください。

11/9 sat. 10 sun

9:30〜17:00（L.O16:30）

※イベントの内容は予告なく変更となる場合がございます
※雨天決行・荒天中止
主催：シティライフ　後援：大阪府／チーズ普及協議会

万博記念公園 東の広場

入場料：当日 400円、前売 300円（小学生以下無料）
※万博記念公園自然文化園への入園料が別途必要
前売券はQRコードチケットとなります。
詳しくはチーズEXPOホームページで。
http://cheese1expo.com

チーズを使ったフードメニュー

food menu

約25店

※出展店舗の一部を紹介します。

ピザ、チーズカレー、チーズドッグなど、
チーズを使った料理の数々をお楽しみください。

02

ピザと石窯料理Triveni
薪で焼いたピザは風味が最高です、熱々のうちにお召し上がりください。

Cheese 01

SPICE6
サクサクとした薄焼きパンの中から、トロットロのチーズとオリジナルSPICEカレーが溢れます！一度食べたらヤミツキになる事間違いなし！

Cheese 05

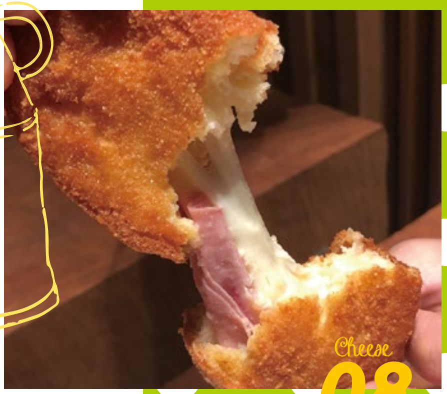
紅紅火火
濃厚なモッツァレラチーズと程よい酸味の完熟トマト、旨味たっぷりの牛肉と豚肉を使用したチーズエキスポ限定の紅紅火火オリジナルしゅうまいです！

Cheese 04

サンレイ・フーズ
素材にこだわったキーマカレーにたっぷりととろけるチーズがかかりました。

Cheese 03

SAVERA
Mr.パワン監修！SAVERA独自ブレンド濃厚チーズがたっぷりチーズナンおすすめです。



Cheese 08

オービカ モッツァレラバー
専門店ならではの、水牛モッツァレラをふんだんに使用した、ナポリ風揚げパンです。

Cheese 07

無農薬玄米カレーコブカフェ
チーズの王様、長期熟成パルミジャーノ・レッジャーノをたっぷり使った、タンドリーチキンごろごろカレー！

Cheese 06

酒食市場エポック
国産加工、国産原料。使用する素材は全て化学調味料無添加。職人による手作り。

チーズを使ったスイーツ

food menu

出店情報は チーズEXPO 検索

※出展店舗の一部を紹介します。

hi-cheese:ハイチーズ

ゴルゴンゾーラチーズをタップリ配合したチーズムースを深型タルトで焼きあげチーズと相性のよいアプリコットジャムとのマリアージュをお楽しみください。

カフェ楽園

こだわりの茶葉で抽出した奥深い香りのティーとエスプーマクリームチーズを合わせたタピオカドリンクです。

清水チーズ工房

清水チーズ工房の特徴である、3つの味わいが楽しめる3層のチーズケーキです。京都産の素材を使って1つ1つ手作りしています。ぜひご賞味くださいませ。

CRAMS BANANA

高糖度のバナナとクリームチーズを使ったチーズバナナジュースです。

アルバテック

国内産のサツマイモを使用。パリッと心地よい音を立てて割れるチップスは、噛む度に芋の甘さが広がります。

チーズバーガーEXPO

food menu

13店

※出展店舗の一部を紹介します。

cafe&bar moto

G20にも出された地元泉佐野産の玉ねぎを 分厚くカットし、とっても甘く焼き上げました！ しっかり味の付いたハンバーグと甘い玉ねぎを チーズが包み込みます！

HUNGRY HEAVEN

三種の部位を独自配合した100%ビーフの手ごねパティを使用。肉とチーズの旨味をご堪能下さい。

トルカ

こぼれ落ちる肉のボリュームに厳選したチーズ！

ビッグダイナー

ボリューム満点の佐世保バーガー。こだわりのオリジナルソースで。

マウンテンダイナー

肉汁溢れる国産牛100%パティ、こだわりの食材をオリジナルバンスでサンドしたグルメバーガー

三代目岩崎本舗

長崎の老舗角煮まんじゅう店「岩崎本舗」が試作を重ねて作った渾身の逸品。長崎和牛を贅沢に100%使用した肉好きの為のハンバーガー。

ビストロカメハチ

甘味が自慢の北海道産牛のパティ使用！十勝産のチーズもたっぷり使用した濃厚贅沢なチーズバーガーです！

京都ダイコクバーガー

カマンベール×チェダーの贅沢なWチーズ。パテは旨味や食感を計算し尽くした黒毛和牛と三種の部位のビーフ100%！

高槻バーガー

バーガーGP優勝など数々の賞を受賞！厳選された新鮮な高槻食材が味わえ本場の味をとことん追求した本格派バーガーアメリカンサイズでビーフ100%135gのボリューム。

世界のチーズ博覧会

food menu

※出展店舗の一部を紹介します。

ミルクの濃厚な甘み感じる「フロマジェダフィノワエクセランス」

チーズ屋 Les Quatre Fromages TORICO

ミルクの濃厚な甘み！ドライフルーツのイチヂクと好相性！コーヒーや紅茶にもよく合います。

国産チーズ盛り合わせ
国産チーズクロワッサンド
チーズステーキマフィサンド

国産cheese酒場Ace

進化が止まらないまだまだ未知数の面白すぎる国産チーズの世界！！！国産ならではの優しさ、旨みを感じでみて下さい。輸入チーズとの食べ比べもおススメです！！！

おいしいカマンベール

チーズ工房 十勝野フロマージュ

カマンベールの本場、フランス・ノルマンディー地方に何度も足を運び、伝統的な製法を研究して造り上げた一品です。オールジャパンナチュラルチーズコンテスト優秀賞受賞、北海道洞爺湖サミットで提供されました。

コンテ食べ比べセット

ル・プティ・コントワール

フランスチーズを知るならまずはこれ！フランスで圧倒的な生産量＆消費量を誇る国民的チーズです！！

ロハスフェスタ蚤の市

shop infomation

約40店

※出展店舗の一部を紹介します。

maison de calin

AMRiTA

white closet

natural garden purprea

L'accent ラクソン

FineDay

Birthday

howaとk.t.

STAGE

会場内特設ステージで無料で観覧できる
よしもと漫才劇場 11/10(日)のみ ©YOSHIMOTO KOGYO. All Rights Reserved.

アキナ

2015年NHK上方漫才コンテスト優勝 、ABC M-1グランプリ2016 決勝進出、2015年TBSキングオブコント2015.決勝進出

スマイル

2008年ABCお笑い新人グランプリ審査員特別賞、2009年NHK新人演芸大賞演芸部門大賞、2010年上方漫才大賞新人賞など多数の賞を受賞。

天才ピアニスト

上沼恵美子のモノマネでブレイク中の天才ピアニスト。よしもとの「おもしろAWARD」にて、大賞に輝く。

ヘンダーソン

石焼き芋"のネタで人気、注目度上昇中。今年8月には単独ライブも開催した。

大阪パフェとセットチケットも販売中。詳しくはP.32をご覧ください。

遊び・その他

逆バンジー

古本市

掘り出し物があるかも。関西の人気独立系書店が大集合。

City Life
CULTURE

SPECIAL INTERVIEW

チーズEXPOと同日開催!
(詳しくはP.30)

月亭方正&たむらけんじがプロデュースする

「大阪パフェ」が11/9(土)・10(日)、万博記念公園で開催

兵庫県西宮市出身の月亭方正さんは、24年間住み慣れた東京から、落語家になるため大阪に移住。3児の父となり、大人も子どもも楽しめるイベントを! という想いで、たむらけんじさんとプロデュースするのが「大阪パフェ」だ。開催に向けての想いをうかがった。

「チーズEXPOと同日開催なので、大阪パフェと一緒に楽しんでね～」。

「音楽イベントをやりたい」。そこから始まって、どんどん広がっていった。

意外と知られていないが、方正さんは自身で作詞作曲もする音楽好き。「MBSラジオで音楽の特番をやらせてもらった時に、いろんなバンドに会って刺激を受けて〝音楽イベントがやりたい〟って思ったんですよ。それをたむ(たむらけんじさん)に話したら、〝やりましょうよ! じゃあ、僕のおすすめのグルメも入れていいですか?〟ってなって。それで場所を探してたら、いろんなタイミングが重なって、万博記念公園でやらせてもらえることになったんです」と方正さん。

ステージにはアーティストと、よしもとならではのお笑い芸人が登場する。「スキマスイッチやファンキー加藤、yaiko(矢井田瞳)、ET-KING、純烈、NMB48など、人気も実力もあるアーティストがステージを盛り上げてくれるのが、今から楽しみです。僕もこのイベントのためにテーマ曲を作って、たむと組んだユニット『Tam-ho-(タム・ホー)』で披露します」と意気込む。そして、もうひとつの見どころが、ダイアンや和牛、霜降り明星、EXITなどが登場するお笑いステージだ。「すごいでしょ? いやこれはもう、吉本が本気出したなって。今をときめくメンバーがほぼ勢ぞろいですよ。この人らが出てくれたらいいなぁって思っていたのが全部叶ったんで、僕も驚いています」。

大阪に恩返しを…という想いと、子どもも楽しめるイベントにしたい

現在51歳の方正さんだが、40歳の時に落語の世界へ。月亭八方師匠に弟子入りし、2013年1月1日に月亭方正に改名。「落語家になるために、大阪に戻ってきた時、周りの人がすごく温かく迎えてくれたんです。たむも1回都落ちして、大阪に救われたという想いが強い。このイベント名の『大阪パフェ』もみんなで考えて、たむが出した案なんですけど出た瞬間、"ああ、それや! いろいろ盛りだくさんな感じもあってええやん"って即決でした」と方正さん。

そして、驚いたのがチケット。前売り1日券7,000円だが、その大人ひとりに対して、子ども(小学生以下)が3人まで無料でステージ会場(お祭り広場)に入れるのだ。「僕も、家族でいろいろ行きますけど家族でどこ行ったら楽しいねん?と考えてみると、どこっていうのは特別無くて、子どもが楽しんでくれたら楽しいんですよね。だから、大阪パフェでは、お子さんが楽しめるコンテンツも企画しています。しかも大人ひとりにつき、子ども3人まで無料って太っ腹でしょ?これもねぇ、たむが絶対3人にしたいって。このイベントはそれぞれがやりたいことは、基本的には却下無しで進めています。あと、下の広場で展開するフードエリアはたむがオススメする一流グルメが出展します。アメリカ・ボストンでしか食べられない【TSURUMEN】とか、〝絶対味覚を持つシェフ〟として有名な元川シェフの創作料理店【Genji】など。たむもこういった野外でのフードイベントは初めてらしく、めっちゃ気合い入ってます」と語る。そして同じく、下の広場で行われる小学生対象の『よしもとスポーツパーク』にも注目。「バレーボールは大林素子さん、サッカーは平山相太さんや近藤岳登さん、ほかにもかけっこや野球、相撲など、その道のプロが直接指導してくれる(定員各30名/事前申込み制/締切10月28日)またとない機会です。おいしいもん食べて、ライブやお笑いで盛り上がれる2日間にしますので、皆さん、ぜひ遊びに来てくださいね～」。

PROFILE

月亭方正(つきていほうせい)/落語家。1967年生まれ、兵庫県西宮市出身。テレビでの活躍はもちろん、天満天神繁昌亭で落語家として寄席にも出演。「万博記念公園は家からも近いんで、家族と一緒に遊びに行きますよ」。

11.9(土)-11.10(日)
OPEN 11:00 START 12:30
IN 万博記念公園
お祭り広場・下の広場・上の広場
プロデュース&総合司会
月亭方正 たむらけんじ
前売1日券 ¥7,000(税込)
2日通し券 ¥12,000(税込)
※チケット(全券種)1枚につき小学生以下3名様まで同伴可能
※全て万博記念公園の入園料が含まれています

音楽フェス&お笑い

11/9(土)
出演アーティスト
ET-KING、大阪☆春夏秋冬、スキマスイッチ、たこやきレインボー、東京ゲゲゲイ
お笑いコーナー
アインシュタイン、EXIT、銀シャリ、シャンプーハット、チョコレートプラネット、テンダラー、トット、藤崎マーケット、マルセイユ、レイザーラモン、笑い飯

11/10(日)
ステージ(出演アーティスト)
あゆみくりかまき、NMB48、純烈、ファンキー加藤、ベリーグッドマン、yaiko(矢井田瞳)×takataka
お笑いコーナー
アキナ、祇園、さや香、霜降り明星、ダイアン、フースーヤ、ミキ、見取り図、ゆりやんレトリィバァ、ラニーノーズ、和牛

チーズEXPOと同日開催! 詳しくはP.30へ

グルメ・スポーツ・子ども
たむらけんじがオススメする絶品グルメとエンタメ型スポーツ教室も開催!

特典付き
＜シティライフ読者限定!＞
チーズEXPOセットチケット
(大阪パフェ1日券+チーズEXPO入場券)
1日券 7,000円+300円 =7,300円で販売
当日窓口にて大阪パフェ、ロハスフェスタのオリジナルステッカーをプレゼント!
※1枚につき小学生以下3名無料
受付期間 2019年10月28日(月)10時～11月7日(木)18時まで
電話予約 0570-550-100
Yコード 108369
※ファミリーマートでの詳しい発券方法はHPにて
※ファミリーマートでの決済・発券は手数料がかかります

チケットよしもと TEL.0570-550-100
Yコード 108071
http://ticket.yoshimoto.co.jp/
公園に関する情報・問合せ
チケットよしもとお問合せダイヤル TEL.0570-550-100

主催 万博記念公園マネジメント・パートナーズ
共催 吉本興業株式会社
運営・制作 株式会社ワイスタイル
大阪パフェ 検索

丹波大納言小豆

ぜんざいフェア

ぜんざいフェア

丹波市の名産「丹波大納言小豆」は、甘みが強く、風味が豊かで大粒。そんな丹波大納言小豆を使った「ぜんざいフェア」が今年も開催されます。丹波市内の飲食店30店舗で提供される自慢のぜんざいをぜひお楽しみください。

2019 11.3 SUN ≫ 2020 2.18 TUE

STAMP
丹波大納言小豆 ぜんざいラリー

参加店舗で対象商品を食べてスタンプをゲット!スタンプの数に応じて「たんば共通商品券」が当たります。ラリーのパンフレットは参加店のほか、市役所、市内の観光案内所で配布。詳細はホームページをご覧ください。

A賞 スタンプ6個 丹波市内で使える「たんば共通商品券」 5,000円分 抽選で5名様
B賞 スタンプ3個 丹波市内で使える「たんば共通商品券」 1,000円分 抽選で30名様

▲パンフレット

[主 催]丹波大納言小豆ブランド戦略会議 丹波市/丹波ひかみ農業協同組合/丹波市商工会/丹波市観光協会/丹波大納言小豆生産振興会/兵庫県丹波県民局

お問合せ:丹波大納言小豆ぜんざいフェア事務局 (株)シティライフNEW
MAIL: info@tamba-zenzai.com
TEL 06-6338-0640
(受付は平日の10時～18時)
■公式サイト
http://tamba-zenzai.com

今年も全国からよりすぐりのラーメン店40店が集結!

西日本最大級のラーメンイベント

ラーメン券(全店共通)
1杯700円
ラーメン1杯の量は、通常ラーメン店で提供するより若干少ないお手頃サイズになっています。
さらに2杯セットで
1,400円→1,300円

お得な前売り券はQRコードチケットをご利用ください
※QRコードチケットはシティライフショップwebからご購入いただけます。詳しくはラーメンEXPOのホームページをご覧ください

- ラーメン1杯券700円、2杯セットで通常1,400円が**1,300円**に ※当日券と同じ価格です
- 前売限定 ラーメン4杯セットで通常2,800円が**2,500円**に!(1杯あたり625円)

※12月23日まで(売り切れ次第終了)

第1幕:12/6[金]→8[日]
第2幕:12/13[金]→15[日]
第3幕:12/20[金]→22[日]
第4幕:12/24[火]→29[日]
計15日間

会　場:万博記念公園お祭り広場
11:00~21:00(ラストオーダー・入園は20:30)
大阪府吹田市千里万博公園
(大阪モノレール万博記念公園駅・下車徒歩7分)
※別途公園入園料(大人260円、小中学生80円)必要
※イベントの内容は予告なく変更となる場合がございます。
※この写真はイメージです

総勢40店出店!
各幕10店×4幕
入場無料

第7回
ラーメンEXPO 2019 in 万博公園

同時開催

第1幕のみ　全店共通500円
さばEXPO

ラーメンと相性抜群の鯖寿司をはじめ多彩なさば料理が味わえる!
後援:一般社団法人日本さば文化協会

一般社団法人日本さば文化協会 会長 右田孝宣(株式会社鯖や)
J-SABA Japan Saba Association of Bunka Activities

ギョーザEXPO

ご当地餃子 全店共通 1皿500円

ラーメンと相性ピッタリの餃子。今回もギョーザEXPOとしてご当地餃子などこだわりの餃子店がラーメンEXPOと同会場に登場します!ラーメン+餃子で楽しさ2倍以上!!

今回もあったか飲食ブースございます!
会場には暖房機器を入れた飲食ブースをたくさんご用意しております。

ラーメン提供スピードが大幅アップ!
昨年同様、今年もよりスムーズな提供にご期待ください!1度に最大12玉茹で上がります。

今年も夜はイルミのライトアップで
Wonder Experience イルミナイト万博

太陽の塔に映し出される「永遠の万華鏡」
プロジェクションアート デジタル掛軸
ラーメンEXPOと同日開催

主催/万博記念公園マネジメント・パートナーズ
時間/日没~21:00(入園は20:30まで)
料金/無料
ただし、万博記念公園入園料が必要
大人260円、小中学生80円
■ 詳細はHPより http://www.expo70-park.jp/
■ 問合せ:06-6877-7387

ラーメンと漫才って最高やん!
おでかけ!よしもと漫才劇場 inラーメンEXPO2019
\ラーメン会場と同じお祭り広場/
※詳細はラーメンEXPOのホームページで随時アップしています。
無料

手づくり雑貨大集合!
ロハスフェスタ蚤の市

昨年に引き続きロハスフェスタで人気の手づくり雑貨が登場します。夜はイルミネーションでライトアップされた、お洒落な蚤の市の雰囲気をお楽しみください。

※写真は全てイメージです

主催 ラーメンEXPO 2019実行委員会/シティライフ(事務局:株式会社シティライフNEW) TEL.06-6338-0641 ramen@citylife-new.com 協賛 Asahi
詳しくは公式ホームページをチェック ラーメンEXPO公式HP ramen-expo.com [ラーメンEXPO][検索]

good taste

＼"今"食べたい／

北摂グルメGUIDE

北摂の美味しいグルメ店を紹介します
お気に入りのお店を見つけてください

Good time

進化系バームクーヘン専門店がニューオープン

NEW OPEN

(上)独自ブレンドの小麦粉を使い、風味豊かで程よいくちどけ。ぜひ焼きたてを食べてみて。

(左)店内焼き上げにこだわり、一層一層丁寧に仕上げる。

新食感のバームクーヘンが味わえる専門店が北千里にオープン!焼きたてのバームクーヘンは驚くほどふわっとしていてほどよい口どけ。「こんなバームクーヘン初めて」と感動する人続出!翌日はしっとりとした口あたりになり、2種類の食感が楽しめる。原料からこだわり、優しい甘さなので老若男女すべての人におすすめ。流行りのタピオカドリンクやソフトクリーム、季節のスイーツ等も順次販売予定。10月29日～オープン記念の特別価格で購入できるチャンス!数量限定なのでお早めに。お土産にもぜひ。

／特 典

10月29日(火)～31日(木)まで各種限定100個

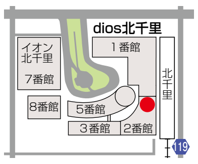
- プレーンバーム(S) ……………650円→350円
- プレミアムバーム ……………850円→450円
- チョコバーム ……………700円→500円

※売り切れ次第終了、全商品なくなり次第閉店
11月1日(金)～6日(水)は

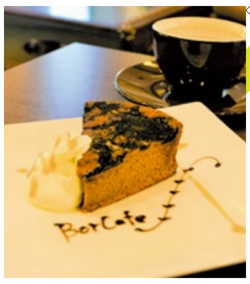
- プレーンバーム(S) ……………650円→500円
- プレミアムバーム ……………850円→700円
- チョコバーム ……………700円→600円

グラフミューラー 北千里店

吹田市古江台4-2-1-1
ディオス北千里2番館1F
営／10時～20時
不定休
☎06-6155-4444



米粉の生地で美味しくヘルシーに味わい深いコーヒーケーキ



お好みのドリンクとのセットや、食後のデザートにオススメ。

近年グルテンフリーなどで話題の「米粉」生地に、オリジナルブレンド豆のエスプレッソを使用した「コーヒーケーキ」が新登場。エスプレッソコーヒーのコク深い味わいと、表面のクッキーが絶妙なアクセントに。またパスタ新メニューの「ナポリタン」や同店オリジナルのカップが可愛い「テイクアウトドリンク」も充実!

シンプルでまろやかな味わいのナポリタン。
サラダ、ドリンク付1,000円

／Menu

- コーヒーケーキセット ……1,000円(単品600円)
- テイクアウトドリンク(ICE/HOT)
  - コーヒー ……………400円
  - カフェオレ ……………450円
  - カフェラテ ……………500円
- お代わりブレンドコーヒー …200円

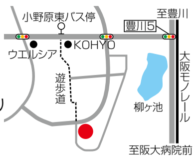
／特 典

「シティライフを見た」で
- セットメニューが 5%OFF

(11月末まで)

Bor Cafe〈ボルカフェ〉

箕面市小野原東6-29-1
営／9時～17時、日曜定休　Pあり
☎072-768-8881
Instagram @borcafe



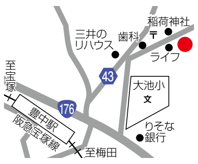
名店の秘伝を受け継ぐ肉好きがこっそり通う焼肉店

(左)グランマ名物チヂミ。これだけテイクアウトする人もいるほど大人気。ごま油で焼き上げ外はカリッ、中はもちもち。辛さがやみつきに!(右)店で処理している新鮮ユッケもぜひ食べてほしい。

祖母の代から続く北摂の有名焼肉店で20年以上経験を積み独立したオーナー。市場に出向き、各地の本当に美味しい肉を厳選。人気の特大ジャンボロース(150g)は、きめ細かい肉質と適度なサシが入り、ジューシーで旨味が濃い!イチボ、ランプなど希少部位も揃い、肉好きが集う名店だ。新鮮な生肉の脂と卵黄の相性抜群なユッケや、ピリリと辛い絶品チヂミもおすすめ。ベビーチェアもあるので小さいお子さん連れもぜひ。

焼肉　grandma

<グランマ>
豊中市本町6-1-3
営／17時～23時(L.O.22時半)
火曜定休　禁煙
☎06-4867-4300
Insta@yakiniku.grandma1129



／Menu

- ジャンボロース(150g) ……………… 1,800円
- コチュジョン(唐辛子入りチヂミ) …………750円
- ユッケ …………………………… 1,500円
- ムンチサラダ …………………………… 750円
- ナムル盛り合せ …………………………… 600円

※全て税別

／特 典

「シティライフを見た」で
- ワンドリンクサービス

(11月末まで)

冬の旬、ふぐ・かき・かにが旨い冬季限定メニュー続々登場

上:ふぐ定食[トラフグのてっさ、ふぐのから揚げ、厳選小鉢三種、ごはん(昼のみ十六穀米or白米)、味噌汁、漬け物]左下:かきフライ定食[カキフライ、小鉢二種、ごはん(昼のみ十六穀米or白米)、味噌汁、漬け物]右下:かに鍋コース(前菜3種、焼かに、お造り5種(かに刺し入り)、かにの天ぷら、かにすき又はかにちり、雑炊、デザート)

旨い魚を食べたいと思ったら地元常連客にも人気の一豊。毎日大阪中央卸市場直送で様々な魚が味わえる。昨年大人気だった待望の冬季限定メニューが登場!「ふぐ定食」は、「とらふぐのてっさ」に「ふぐのから揚げ」と盛りだくさん!ふぐを堪能できる。昼限定の広島産牡蠣を使った「かきフライ定食」もおすすめだ。スチームボイルで下処理をしているため、肉厚でぷりぷり感がたまらない!冬のコースメニューも全8種(3,200円～)と多数あり!単品メニューも充実!親族の集まりや友達、同僚との忘年会にぜひ。

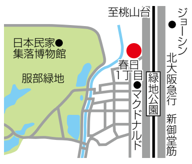
／Menu

- ふぐ定食 ………………………… 2,300円
- かきフライ定食(昼のみ) …… 1,000円(単品680円)
- 昼のみ定食(全8種)……………… 1,000円
- かに鍋コース ……………… 5,400円(2名～)

※コース利用で飲み放題(1,980円～)あり
※コースは要予約　※詳しくはHPへ　※全て税別

魚食処　一豊 服部緑地公園店〈かずとよ〉

吹田市春日1丁目1-1
TATSUMI緑地公園101
営／昼11時～15時(LO14時45分)
　　夜17時～22時(LO21時45分)
月曜定休(月曜が祝日の場合翌火曜休)
駐車場3台あり　禁煙(店外に灰皿)
☎06-4798-5113
http://www.ichi-ho.co.jp



好みのスイーツを食べ尽くそうパスタや限定メニューも大好評

ケーキやゼリーに和菓子まで、約30種のスイーツがずらり!!

美味しくて楽しいスイパラが創業当時の価格1,000円(税別)で営業中!定番ケーキから季節のスイーツが並ぶほか熱々の自家製生パスタ・カレーなども人気。

特典でハーゲンダッツとイタリアンジェラート協会認定の「イルジェラート」が食べ放題に!!

／Menu

- 大人(中学生以上、50分) ……………… 1,000円
- 大人(ドリンクバー付、70分) ……………… 1,200円
- 小人(4歳～小学生、ドリンクバー付) ……… 790円
- 3歳以下 ……… 無料

※全て税別

／特 典

この記事持参で大人ドリンクバー付ご利用の方は
ハーゲンダッツ・イルジェラート食べ放題サービス(11月末まで)

スイーツパラダイス

吹田市千里万博公園2-1
ららぽーとEXPOCITY 1F
営／11時～22時(LO21時半)
無休　P4,100台　禁煙
☎06-4860-6453
https://www.sweets-paradise.jp

大阪府中央卸売市場 仲買直営 秋は「海鮮ランチなら銀蔵でしょ」

(上)「特選お造り定食」(1,800円)。淡路島産太刀魚ミニ天ぷらがセットに。(左)「新作!かっちゃんエビ天フライ定食」(1,780円)は、天ぷらとフライが4尾ずつ、お造りがセットに。どちらも昼夜注文OK!

食欲の秋、「旨い刺身をやっぱり食べたい」との気持ちに応えるべく、「特選お造り定食」が登場。11月限定で「淡路島産太刀魚天ぷら」が付いて1,800円のまま!毎回、海老の仕入れ過ぎのため登場する「新作!かっちゃんエビ天フライ定食」も!

／Menu

毎月第4土曜日は鮮魚激安「卸値市」開催(小野原本店限定)
※祝日の場合は金曜開催(11月は22日開催)
11月のオススメ一品
- 広島県産他、牡蠣が入荷　カキフライ ………… 680円

銀蔵〈ギンゾウ〉

営／昼10時(箕面駅前店は11時)～15時(LO14時半)
　　平日夜 18時～21時半(LO21時)日祝夜 17時～21時半(LO21時)
　　土・祝日前夜 17時～22時(LO21時半)

【小野原本店】
箕面市小野原東5-2-1
Pあり　禁煙
☎080-1400-3527

【箕面駅前店】(予約可)
箕面市箕面6-4-24サンクスみのお105
Pなし(近隣に有料Pあり)　禁煙
☎080-3846-7899

11月限定・三田屋 秋の収穫祭ランチ

税抜2,000円～(※平日ランチ限定／前日までの要予約)

食欲の秋、旬の食材を使った特別メニューが新登場!定番のステーキ、特製ハムはそのままに、遊び心をプラスした前菜はここでしか味わえないメニュー。新しい三田屋をお楽しみください。

三田屋ハムサラダ・エリンギのパスタ見立て三田屋ハムのカルボナーラ・ビーフコンソメスープ・ステーキ・ご飯・梅干し・季節のデザート・コーヒー又は紅茶

11月の前菜は エリンギのパスタ見立て 三田屋ハムのカルボナーラ

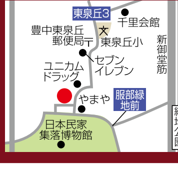
お子様メニューも!
お子様プレート1,000円(税抜)～からあり、子連れも大歓迎!

ステーキ 三田屋本店 www.sandaya.com/ 営／11時半～22時(L.O21時)

[臨時休業のお知らせ] 豊中店:11月5日(火)・18日(月)　箕面小野原店:11月11日(月)・25日(月)

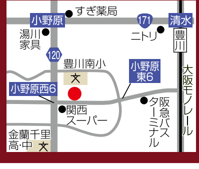
◆豊中

豊中市西泉丘3-8-12
P有　服部緑地北側
☎06-6867-6780



◆箕面小野原

箕面市小野原東3-9-35
P有
☎072-728-7878



蒸し立ての美味しさをぜひ!季節のわっぱ飯ご膳1,250円

(左)台湾もつ鍋は白味噌仕立て、醤油仕立て、チゲ仕立ての3種類から選べる。(1,080円)(右)食後のデザートにおすすめ。鹿児島県産皇帝渋皮栗のモンブランパフェ(550円)

大人気料理が今年も登場 冬メニューに身も心もほっこり

和食を中心に季節や流行に合わせ、旬の素材を活かした創作料理が豊富に揃う同店。11/1～は冬メニューがスタート!おすすめは昨年大人気の邑久牡蠣と牛しぐれのわっぱ飯。ふっくらとした牡蠣と、牛しぐれの旨味が絶妙にマッチした味わい深い逸品。また寒い季節にピッタリな、四川麻辣火鍋やトムヤム餃子鍋などが楽しめる「アジアン鍋フェスタ」も開催!店内には広々としたテーブル席や座敷、掘りごたつ個室も完備なので、仲間とゆったりくつろぎながら、身も心も温まろう。

／Menu

- ＜限定10食＞週替わりプレートランチ …… 980円
- ＜限定15食＞おすすめ膳 …………… 1,350円
- 四川麻辣火鍋 …………………… 880円
- 当日飲み放題 …………………… 1,500円

／特 典

この記事持参で

- ＜昼のみ＞980円以上のご膳………100円OFF

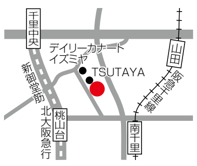
※1グループ全員OK/セット除く/他券併用不可

- ＜夜のみ＞お会計より…………………10%OFF

※割引上限1,000円/他券併用不可
※全て税別 (11月末まで)

ごちそう村 豊中上新田店

豊中市上新田4-29-3
営／ランチ11時半～15時(LO14時半)
ディナー月～金、祝前日
18時～22時半(LO22時)
土日祝日17時～22時半(LO22時)
金土祝前日は～23時半(LO23時)
P有り
06-6155-4147



[年越しそば]300食限定　箕面店の店内

690円～食べられる天ぷら定食 追加で頼める「そば」も人気

揚げたて天ぷらを順々に提供する天ぷら定食専門店。「山の秋定食1,100円(写真左)」がおすすめで秋刀魚や鯵、海老2尾、玉ねぎ、レンコン、なすが楽しめる内容だ。「そば」も人気で、ご飯とみそ汁の替わりに大そばにするか、定食に小そばを付けることができる。いずれも+100円。どちらの店舗でも終日提供されるように。年越しそばの予約開始!予約は店頭か電話にて(数量限定、箕面本店のみ)。

／Menu

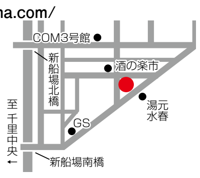
- 野菜定食(季節の野菜7種)690円
- 海老定食 ………………… 730円
  (海老・キス・イカ・野菜3種)
- 山定食 ………………… 930円
  (海老・キス・イカ・豚ロース・野菜3種)
- 穴子定食………………… 950円
  (穴子一本揚げ・キス・イカ・野菜3種)

／特 典

この記事持参で
蒸しプリンをサービス
(平日のみ、箕面本店のみ、数量限定、11月末まで)

天ぷらの山 http://yama-yama.com/

【箕面本店 】
箕面市船場東3-9-2-1F
営／10時～21時(LO20時半頃)
全62席
(カウンター38席、テーブル4席)
店舗前専用駐車場全11台、不定休
072-730-2290



【吹田グリーンプレイス店 】
吹田市片山町2-3-3
営／11時～21時(LO20時半頃)
全45席
(カウンター21席、テーブル4席)
施設内駐車場有　不定休
06-6389-1190

10月12日～15日に出店した梅田阪神百貨店の様子

早い日は午前中で売り切れてしまう山食。オープン以来人気No.1の商品。

フランス産最高ランクのチョコレートを使用。カカオの風味豊かな大人向けブレッド。

モダンな雰囲気の店内。80種類以上のパンがズラリ。

百貨店でも大人気 若きオーナー兼職人のセンスが光るこだわりパン

味の決め手となる小麦粉は、フランス産・カナダ産・北海道産、北海道石臼全粒粉など最高品質を厳選。マーガリンは一切使わず、北海道よつ葉バターとよつ葉生クリームを使用している。10月に出店した梅田阪神百貨店「パンワールド」では、同店一番人気の山食が焼いても焼いても間に合わないほど大好評だったそう。金曜・土曜限定販売の「クロワッサン」もおすすめ!よつ葉バターの中でも昔ながらの製法で作られた特別なバターを使用。季節の食材をいかした新作も登場しているので、足を運んでみては。

登録20秒!ポイントカードいらずのお得なレシートクーポン発行中。
500円で1ポイント、
20ポイント集めて500円割引
※詳しくはスタッフまで

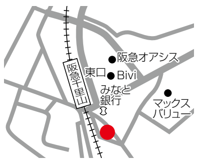
／Menu

- NIJUGO山食 ………………………… 450円
- NIJUGO-ショコラ …………………… 290円
- NIJUGO　クロワッサン……………… 280円
- シュガーバター ……………………… 180円

※全て税別

NIJUGO〈ニジュゴ〉

吹田市千里山東2-28-2
営／10時半～19時
日・月定休
06-6388-0058
Instagram：@nijugo_25



冬のアフタヌーンティー…2,200円(11/20～12/7限定)。内容はサンドイッチ、スコーン2種、スイーツ、紅茶。期間中の11時～15時に数量限定で注文可。(予約がベター)

2階の隠れ家カフェ。ゆったりと会話を楽しみながら時間を過ごせる。

好評につき期間限定で第2弾 ボリュームも満足の 冬のアフタヌーンティー登場

「シンプルにおいしいものを」と話す女性オーナーが手掛けるカフェ。料理やお菓子は手作りで、リピーターも多い定番ランチやカフェメニューの他、新たにアフタヌーンティーが期間限定で登場。好評だった秋シリーズに続き、冬はクリスマスをイメージ。アフタヌーンティーと一緒にいただく紅茶は、限定のDallmayr(ダルマイヤー)のXmasティーなど、冬にピッタリの茶葉をセレクト。販売もしているため焼き菓子ともにお土産にぜひ。

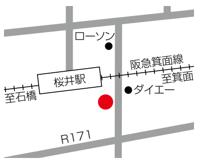
／Menu

- 自家製ソースの手作りハンバーグセット … 1,490円
- オムライスセット …………………… 1,390円
- スイーツ……640円～ ● 焼き菓子……180円～
- 他ランチ……1,200円～

※すべて税別

snow tea and coffee

<スノー ティーアンドコーヒー>
箕面市桜井2-4-3-205
営／ランチ11時～14時(LO13時半)
　カフェ14時～17時(LO16時半)
日月・祝日定休　禁煙
072-737-5180
https://www.instagram.com/snow.cafe.snow



編集後記

先月9月9日には千葉県を襲った台風15号、昨年9月4日には近畿地方に襲った台風21号と、毎年のように大きな台風が猛威をふるい甚大な被害をもたらしています。災害大国日本とよく言われますが、個人的にももっと危機感を強め、防災について勉強したいと思いました。(コサオ)

ぐっと冷え込んできました。過ごしやすい気候となり、イベントも増えてくる時期ですね。11/19(火)は今年6回目となる生活向上セミナー(P.6)を開催します。お金の話から健康の話まで様々なプロの話が無料で聞けるというのはすごいことですよね。今年最後の開催となるので興味のある方はぜひ。(くろ)

11月号では、整骨院の取材をさせていただきました。その中で日々の生活に欠かせない電化製品から出る電磁波がカラダの不調に影響があることを聞きました。生活の中で欠かせないのもばかりなので睡眠時だけでも電磁波から離れるようにしようと思います。(ぽんた)

10/4(金)に月亭方正さんが来社。同席した編集のMくん(26歳)はかなりのお笑いマニアで方正さんのことも大ファンだったらしく、彼だけ2ショットで記念撮影させてもらうことに…。後でデータを確認すると、Mくんは残念なことに半目で写っていました。(ごめんなさい、撮ったのは私です。まっつー)

シティライフグルメフォトコンテスト

CityLife Gourmet フォトコンテスト

今月のシティライフ賞

1位

@youko3416　#幸蔵

海鮮丼

とても美味しくお腹いっぱいになりました。また行きたいです!

2位

@coco_k05
#食堂カフェpotto タニタカフェ

豆乳のソフトクリーム

オリジナルの豆乳ソフトクリームは豆乳感いっぱい!

3位

匿名希望
#UNUBOREYA

とろ～り温卵のカルボナーラ

濃厚チーズソースが美味しい!

旬の食材を食べよう

れんこん甘酢

Lohas Cafe Recipe vol.17

主材料 れんこん

- □ れんこん…………………300g
- □ 油……………………大さじ1.5

<調味料>

- □ 酢……………………大さじ4
- □ 砂糖 …………………大さじ4
- □ 塩……………………小さじ1
- □ 鷹の爪 輪切り ………… 適量

01

れんこんを食べやすい大きさに切り、調味料はすべて合わせておく。

02

鍋に油を入れ、れんこんを炒める。透明になったら調味料を入れ3分程炒め煮火を止めて 鷹の爪を入れる。

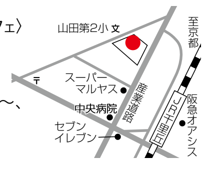
完成

器に盛り付けて完成!

chef ももちゃん

LOHAS café〈ロハスカフェ〉

摂津市千里丘1-13-23
JR千里丘駅 徒歩5分
営／モーニング8時半～、ランチ11時半～、営業は16時まで 日祝定休
06-6155-6830



レシピ作ったよ レポート募集

LOHAS cafeのLINE@を友だち登録していただき、トークでお写真と作ってみた感想をお寄せください!

▲友だち登録はこちらから

北摂の美味しいお店 242 店掲載

HOKUSETSU GOURMET

北摂グルメ - 街歩き -

書店・webサイトの
シティライフ
ショップにて発売中
780円
（税別）

前号の「北摂グルメ」から約1年半を経て、北摂グルメシリーズの13冊目となる「北摂グルメ街歩き」が絶賛発売中!今回は「新店」「インスタ映え」「ロケーション」といった様々な切り口で北摂のグルメ情報を掲載。さらに、グルメ情報だけでなく、美術館、博物館、観光スポットといった地元ならではの魅力も紹介し、保存版として手元に置いておきたくなるような一冊になっています。

話題のあのお店をチェック 北摂の新定番

un +（高槻市）

あん小屋
どらサン（高槻市）

肉バル&ダイナー
Jajaja（高槻市）

PIZZA PORT
KAWANISHI（川西市）

体がよろこぶ和みの味

Kino's Kitchen.
-樹-（箕面市）

SYLPHY SALADE
（箕面市）

mameri（茨木市）

幸せを呼ぶ旨い肉

煌牛（豊中市）

鉄板バル JYU
高槻店（高槻市）

炭火焼肉 慶州館（豊中市）

心弾むおいしさ イタリアンを日常に

La mia sala Calma（茨木市）

RISTORANTE
L'IMBUTO（吹田市）

PORTA BLU（豊中市）

美しさの小旅行 至福のコース料理

ターブルタカイ（高槻市）

隠（箕面市）

intime（吹田市）

Trattoria TESORINO
rosso（箕面市）

北摂グルメ
- 街歩き -
と一緒に
CHECK!

北摂の「おいしい」が見つかるグルメサイト

＼「北摂グルメ」がリニューアルしました。／

City Life GOURMET

「北摂グルメ（シティライフグルメ -CityLife GOURMET-）」は、
地域情報紙シティライフがわざわざ行きたくなるお店を紹介！

http://cl-gourmet.com

各店の詳しい情報は
QRコードから
チェック！

池田、箕面にある、個性的な「本めぐり」スポットをご紹介

ひなたブック

Karite

まがり書房

Library Think

「まがり書房」(池田市栄町8-1)。一般的な本の流通ルートにのりにくいリトルプレス(小出版)も積極的にラインナップを増やしている。ユニークなのが、店頭の黒板に毎日登場する俳句だ。毎日丁寧に手書きされ、ゆるい心の呟き的な俳句を来店時の楽しみにする人も多いそう。

「Karite(カリテ)」(池田市城南3-6-1-102)。子育て中の夫妻が、子連れでも来店しやすい、絵本をゆっくり選べる店を作りたいと今年2月にオープンした。店の奥は、カフェスペースもあり、靴を脱いでゆっくり過ごすことができる。音楽や学習教室も運営しており、夜には絵本に囲まれた学習スペースになる。

「ひなたブック」(箕面市箕面1-5-4)。阪急箕面駅から箕面の滝へつながる滝道沿いで土、日、祝日のみ営業。絵本と児童書専門の古書店だ。1階では「はるの文庫」と「トラベリングブックストア」という、選書にセンスが光る2店が間借りで出店しており、様々なジャンルの本を購入することができる。店内にはカフェ&バーが併設されている。週に一回、「アンブル」のオリジナルカレーが登場する。古書店とカレー、そして箕面の自然、それぞれの個性が合わさり、どこにもない独自の魅力ある空間となっている。

「Library Think」(ライブラリー シンク)(箕面市桜井2-10-5)。元は本屋だったというオーナーが、どうせならみんなと本を共有したいと思うようになり、個人図書館というスペースになった。片面の壁は、個人から借りてきた本が並ぶ。本好きなら気になる「ひとの家の本棚」の一部が切り取られて並んでいるようで、眺めていて面白い。利用者は200円のカンパを払い、サービスのドリンクを飲みながら、本をむことができる。近隣の古書店による古本の販売スペースもあり、本を買うことも可能だ。本好きには実に興味深い空間だろう。

どのスポットも個性的で本への愛があふれている。池田、箕面を本めぐり散策すれば、読書の秋にぴったりな一冊が見つかるかもしれない。

俳句 HAIKU VOL.3

9月25日締切りでご投句いただいた中から、山口昭男先生に入選作品を選んでいただきました。

【優秀賞】

この街の古着の匂い秋めけり 箕面市 高橋 真美

夏の暑さも去り、ようやく秋らしくなった空気を古着の匂いで感じました。住んでいる街への愛着も感じられます。多くのことを言っていませんが、思いは十分に伝わってきます。

【入選】

宙返りまた宙返り赤蜻蛉 豊中市 安藤 知明

赤蜻蛉の飛ぶ様子を素直に五七五で表したのがよいです。

左右なき下駄の気軽さ秋の宿 茨木市 上林 きくの

秋の宿の景色と寛ぐ作者の姿がよく見えてきます。

知らぬ子が呉るるあいさつ爽やかに 神崎郡 西 敬介

きっと作者も挨拶を返したことでしょう。爽やかな朝です。

大夕立まず太陽に浴びせけり 吹田市 森戸 秀次

太陽も驚きました。スケールの大きさが気持ちよいです。

かぶをまく飛行機雲が空を切る 箕面市 島崎 裕子

視点の移動が心地よい。蕪蒔きの人も空を見上げています。

【佳作】

秋刀魚焼くそばで娘がもちを焼く 伊丹市 池谷 哲平

長き夜の文書きにほふ筆と墨 西宮市 小川 幸子

新涼や自転車連ね三姉妹 茨木市 河本 要

分け入りて裾に広がる萩の花 芦屋市 石井 直子

赤とんぼ川の流れに右左 高槻市 天満 千代枝

【つぶやき評】

第一回目の俳句コーナです。三十人の方が俳句を寄せてくださいました。うれしいことです。季語を入れて五七五で作る。そして素直に。それが出来ている作品が多くありました。来月もお待ちしています。

選者 山口 昭男(やまぐち あきお)

1955年 神戸市生まれ。1980年「青」に入会。波多野爽波に師事。2000年「ゆう」入会。田中裕明に師事。編集担当。2010年俳誌「秋草」を創刊し主宰する。毎月発行。句集に『書信』『讀本』『木簡』がある。2018年句集『木簡』で読売文学賞受賞。日本文藝家協会会員。

【 俳句の応募方法 】

氏名・住所・年齢・明記のうえ、ハガキ、封書、FAX、下記の応募フォームのいずれかからご応募ください。

[宛先]

〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23
株式会社シティライフNEW 俳句係まで
FAX 06-6368-3505

[応募フォーム]

https://pro.form-mailer.jp/fms/f413b102177160

※締め切りは毎月25日必着 ※いずれも一人5句まで
※掲載は次々号となります
※佳作は掲載をもって発表とさせていただきます。
※お名前と作品を掲載します。

EVENT 北摂イベント

コンサート / ギャラリー / 催し / ミュージアム / 講座・講演

掲載無料 あなたの街の情報をお待ちしております!

メール play@citylife-new.com

※応募・掲載希望月の前月8日まで(以降も受付の場合あり)
※掲載の場合のみ、編集部から連絡いたします。

大阪音楽大学 石橋栄実クラス生 “音葉(おとのは)”によるヴォーカル・コンサート

▶ 11/8(金)
19時開演
(18時半開場)

音葉(おとのは)は、大阪音楽大学で学ぶ女声グループ。今年はオペラやミュージカルのナンバーと阪急電鉄開業時代に活躍した作曲家の作品をお届け。若いエンターテイナー達のアイディアあふれるステージをお楽しみに。

■箕面市立西南生涯学習センターホール(箕面市瀬川3-2-5)■料金(全席自由):一般1,000円(会員900円)大学生以下800円※未就学児の入場不可■申込・問:TEL:072-721-2123((公財)箕面市メイプル文化財団)

2019年箕面三線サークル発表会 島唄ライブ

▶ 11/4(月・振休)
1部13時～ 2部15時～(12時半開場)

年に1度の箕面三線サークルの発表会。琉球舞踊、エイサー、民謡、ポップスと幅広く沖縄の音楽と踊りを堪能する事が出来る本格演奏会。是非ご参加を。

■メイプルホール大ホール(箕面市箕面5-11-23)■入場無料
■問:TEL090-6648-1509(廣田)

ロボカフェ

▶ 11/2(土)～3(日・祝)
10時～18時

大阪大学大学院工学研究科でのロボット研究の最先端を見ることができる。動物のように動くロボットや未来や過去を生きたかもしれない空想上のロボットなど。無料体験コーナーもある。あなたの理想のロボットに出会えるかも?!

■大阪大学豊中キャンパス共通教育A棟304・305(豊中市待兼山町)
■入場無料(レクチャーゾーンはチケット完売)
■問:TEL06-6879-4084(大阪大学大学院工学研究科)

第96回吹田市花と緑のフェア

▶ 11/3(日・祝)
10時～16時

秋の深まる千里南公園に、フラワーマーケット、マルシェ、アウトドア、アート・クラフト体験などがぎゅぎゅっと大集合。吹田の公園をもっと楽しく、もっと素敵に楽しもう。文化の日だョ!千里南公園に、全員集合～!

■千里南公園(吹田市津雲台1-3)■入場無料■問: TEL06-6155-1987(吹田市花とみどりの情報センター)

秋季特別展 多々納弘光の仕事 ―出西窯を育み、民藝に生きた陶工―

▶ 開催中～12/17(火)
10時～17時
(入館は16時半まで)
※水曜休館

海鼠釉押紋角鉢

出西窯(しゅっさいがま)を育み、民芸に生きた陶工、多々野弘光(たたのひろみつ)氏の作品展。期間中、講演やギャラリートークも開催される(要聴講料)。詳細は下記サイトで。

■大阪日本民芸館(吹田市千里万博公園10-5)■入館料:一般710円、高大生450円、小中生100円■問:TEL06-6877-1971
■詳細:https://www.mingeikan-osaka.or.jp/

草木染・織 ―それぞれの表現(かたち)―展

▶ 11/26(火)～12/1(日)
10時～17時
(最終日15時まで)

池田市緑のセンターの草木染・織教室の卒業生82名による「ひつじ・草木染・手紡ぎ・手織り」にこだわった作品展。五月山動物園の羊の毛を刈り、洗い、草木で染め、紡ぎ、機(はた)のルーツの原始機を作り、マフラー・ストールを織り上げる。「ひつじ」をまるごと体験できる教室。

■池田市中央公民館ギャラリー(池田市菅原町1―1)■入場無料
■問:Email ikedanohitsuji@outlook.com
(作品展事務局 中村)

みどりのフォーラム2019 ～ひろげよう人とみどりの”わ”～

▶ 11/10(日)
11時～16時

大阪大学サステナブルキャンパスオフィス キャンパスデザイン部門 助教池内祥見氏の講演、刀根山小学校の生徒や豊中あぐりによる活動発表など、新たな「みどり」の活動に取り組むきっかけとなるイベント。缶バッジや押し花しおり作りなどの体験工作もある。来場者に花の苗プレゼント。

■豊中市男女共同参画推進センターすてっぷ(豊中市玉井町1-1-1-501エトレ豊中5階)
■入場無料■問: TEL06-6843-4141(豊中市公園みどり推進課)

第8回豊中市高校生 軽音楽フェスティバル

▶ 11/10(日)
13時半～17時
(13時開場)

豊中市の高校生軽音楽系クラブが大集合。フレッシュで元気あふれるステージをお楽しみに!参加高校:桜塚高校、千里青雲高校、大商学園高校、豊島高校、刀根山高校、豊中高校、梅花高校
小雨決行、荒天中止。

■服部緑地野外音楽堂(豊中市服部緑地1-7)■入場無料■問: TEL06-6858-2876(豊中市都市活力部魅力創造課)

第30回記念 IKEDA文化DAY 文化探訪ラリー

▶ 11/2(土)～4(月・振休)
10時～16時
※ゴール会場は各日、12時～16時半
※チェックポイント会場は16時終了

文化のまち、落語のまち池田を巡る文化探訪ラリー。美術展、コンサート、落語会など、各所でイベント満載!全ポイントを回れば全員に参加賞や、抽選で素敵な賞品をプレゼント。雨天決行。

■池田各ポイント(ゴール会場:池田駅サンシティ前広場)■参加無料■問:TEL072-761-3131(いけだ市民文化振興財団)■詳細:http://www.azaleanet.or.jp/2019ikedabunkaday.html

CULTURE コラム VOL.3

梅花から「令和」を込めて
「嫉妬の力」

大阪に誕生した世界遺産(百舌鳥古墳群・古市古墳群)の中でも、もっとも大きな古墳の主とされる仁徳天皇は、文献上、はじめて難波(大阪)に遷都します。奈良との往来には葛城山を通る必要がありました。麓を支配する氏族から皇后にイワノヒメ(磐之媛・磐姫)を迎えます。いわば民間から誕生したはじめての皇后です。現存するもっとも古い歴史を記す『古事記』には、とても嫉妬深い人物であったと記されています。例えば吉備国(岡山)から嫁いだ黒日売(くろひめ)を船から降ろし、故郷まで歩いて帰らせました。紀伊国(和歌山)へ出かけている間に新たな妃が迎えられようものなら、儀式に使う葉をすべて海に投げ捨て難波宮を通り過ぎます。船で淀川を上り、京都経由で実家に戻ろうとします。でも、なぜ遠回りを?彼女は帰ることが戦につながることを知っていたのでしょう。当時の支配者が日本を治めていく上で必要とした他の女性たちとの結婚に反対してはいません。悪口を言うこともなく、歌を詠んで天皇を讃えます。皇后が恐れたのは、皇位継承を争う皇子たちの誕生でした。彼女の嫉妬が功を奏したことは、仁徳天皇以後の系譜によく表されています。『万葉集』巻二「相聞(そうもん)」部の巻頭には、時代的にもっとも古く、彼女の作とする歌が四首連作で掲げられています。一首目は、

君が行き(ゆけ)日長くなりぬ山尋ね迎へか行かむ待ちにか待たむ
君之行　気長成奴　山多都祢
迎加将行　待尓可将待
巻二・八五番歌

と、「あなたがお出かけになってずいぶん経ちました、山を訪ねて迎えに行きましょうか、そのままお待ちしましょうか」と悩み、後の歌では待ち続けることの切なさを嘆きます。『古事記』には、皇后としての政治手腕として用いられた嫉妬が、『万葉集』には内に秘められた愛情として表現されています。

梅花女子大学教授 市瀬 雅之

現代訳から原文までを用いて『万葉集』に文学を楽しむほか、『古事記』や『日本書紀』等に日本神話や説話、古代史をわかりやすく読み解く。中京大学大学院修了 博士(文学)。著書に『大伴家持論　文学と氏族伝統―』おうふう 1997年、『万葉集編纂論』おうふう 2007年、『北大阪に眠る古代天皇と貴族たち 記紀万葉の歴史と文学』梅花学園生涯学習センター公開講座ブックレット　2010年。ほか執筆・講演・講座多数

FM COCOLO × CITYLIFE 音楽のCOCOLO VOL.07

radiko なら、パソコン・スマートフォンで FM COCOLOが無料でクリアに聴ける! FM COCOLO 765

FM COCOLOの人気DJが季節やテーマに合わせた音楽を紹介。

晩秋の夜長にぴったり合うジャズ作品

MONTHLY SELECT DJ

クリス

10月29日生まれ。
米国ニューヨーク育ち。22歳で来日し、以来日本在住。FM COCOLOでのDJほか、ナレーター、イベントの司会やプロデュース、翻訳など多方面で活躍。ジャンルにこだわらない音楽好きで、ジャズはもちろんのこと、クラシックやポップス・ロック(とくにプログレ)にも造詣が深い。
担当番組は
「COCOLO Earth Colors―ENGLISH」
(水曜 20:00-21:00)
番組Twitter @earth_colors_english
「World Jazz Warehouse」
(日曜 23:00-24:00)。

ALBUM
Love & Liberation
/ 愛と解放

ARTIST
Jazzmeia Horn / ジャズメイア・ホーン

冬が近づくと、日が暮れるのも早くなり、1日が短くなったような気がします。そんな季節に僕がお薦めしたいのは、女性ジャズ・ヴォーカルの新星、ジャズメイア・ホーンの国内デビュー作です(地元アメリカでは通算セカンド・アルバム)。タイトルでもある『愛と解放』という二つの要素を自分の現状に置き換え、切れの良いサウンドで表現。声をまるで楽器のように操り、開放感を与える歌い方でレコーディングに参加したメンバーたち(ピアノトリオにサックスとトランペット)と見事に絡み合っています。アルバムはオリジナル8曲、カヴァー4曲で構成。自らの経験を基にしたオリジナル曲は、人間関係だったり、仕事や恋愛など、誰もが若いうちに経験するような内容でもあるので、きっと共感を呼ぶはず。ジャズの伝統を受け継ぎながらも、R&Bやヒップホップのタッチを加え、どの曲も素晴らしいメロディ・ラインをもつ1枚。元気や勇気をもらえるので、ぜひお聴きください!

Jazzmeia Horn(ジャズメイア・ホーン) / エラ・フィッツジェラルド、ビリー・ホリデイなどのサウンドを進化させるアメリカ出身の女性ジャズ・シンガー。若手ジャズ・ミュージシャンを発掘させる2015年のセロニアス・モンク・コンペティションなどで優勝し、2017年のデビュー・アルバム「A Social Call」は2018年、グラミー賞にもノミネートされた。優しさやヒューモアを含み、全ての宗教、人種、世代の人々に共感を与える注目の新人シンガー。12月には初来日を控えている(東京のみ)。

地元制作の渡り鳥のアルバム
吹田市立図書館に寄贈

編集を務めた井上さん(左)と企画した森戸さん(右)。

東山田地域で健康体操を中心に市民活動を行っている「ここでクラブ」。メンバーの岡本さんが長年撮り溜めていた渡り鳥の写真に感銘を受け、同メンバーの井上さんと森戸さんが協力・自主制作した「千里丘陵で見られる野鳥たち」のアルバムが、吹田市立図書館にこの度寄贈された。千里丘図書館のほか、地元の小・中学校や公民館、神社にも贈られた。「今後も地元コミュニティの輪を広げていき、楽しく住みやすい地域づくりに貢献したい」と話す。

制服でスラックスを選ぶ
女子中学生の制服事情

変化の激しいこれからの社会での活躍を目指して、子ども達の学習環境が変化している。2020年からは小学校で「新学習指導要領」が全面実施され、大学入試ではセンター試験に変わって「大学入学共通テスト」がスタートする予定だ。

ここ数年、学習面だけでなくマイノリティへの配慮や校則の見直しなど、人権の観点でも学校内外から変化が起きている。今年1月東京都では、区立中学校の制服を性別に関係なく自由に選択ができるようにすると発表があり、8月にはいわゆる「ブラック校則」改善のため文部科学省へ「不適切・不合理な校則指導の改善を求める6万344筆の署名」が提出された。特に、全国的に増えているのが制服の自由選択制。ブレザー型のスカートとスラックス(ズボン)の制服が、自由に選択できるというものだ。

冬の防寒対策として女子でもスラックスを履きたいという要望や、トランスジェンダーへの配慮からも取り入れる学校が増えている。「ジェンダーレス制服」と称され、男女の差が少ないデザインの制服も作られている。

吹田市では制服を自分で自由に選択できるようにルールを示している学校が4校あり、それ以外の中学校でも申し出があった場合は対応する方針としている。

茨木市では市内全校でスカートかスラックスの選択ができ、セーラー服であってもスラックスを選ぶことができる。北摂内では一歩進んでいるように思える。豊中市や高槻市では一部の中学校で選択制を導入しており、今後も導入予定の中学校が増えるとしている。

全国的にはここ数年、スラックスを選択しやすいようにと、セーラー服からブレザーへ変更しようと検討する中学校も多いようだ。中学生の制服制度は変革の時期を迎えていると言えるだろう。

11月は自転車マナーアップ強化月間 ～交差点での交通事故に要注意～

協力:大阪府警察

大阪府下における自転車関連事故は令和元年8月末現在で、6,591件と前年同時期と比較して減少傾向だが、自転車乗用中の死者数は17名と前年同時期より2名増加している。自転車関連事故の約7割は、交差点及びその付近で起きている。これから年末にかけて自転車関連事故が増加する時期なので、自転車を利用する際は次のことに注意しよう。

- 「自転車安全利用五則」を必ず守ろう。
- 日没時間が早くなっているので、相手に自分の存在を知らせるためにも、早めにライトを点灯しよう。
- 自転車の点検・整備を日頃から行い、反射材を必ず取り付けよう。
- 夕暮れ時や夜間に自転車を利用するときは、明るく目立つ服装にしよう。

【自転車安全利用五則】

1. 自転車は、車道が原則、歩道は例外
2. 車道は左側を通行
3. 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
4. 安全ルールを守る
   - ・飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
   - ・夜間はライトを点灯
   - ・交差点での信号遵守と一時停止・安全確認
5. 子どもはヘルメットを着用

City Life NEWS

全国で注目される施策や課題は、地域で暮らす私たちにどう影響するのか?身近に起きた出来事やトレンドなど、幅広い分野のニュースを紹介していきます。ネットでもさまざまなニュースを紹介しています。

シティライフNEWS で検索

何がどう変わる 幼児教育・保育の無償化

今年の10月1日から実施された「幼児教育・保育の無償化」。
無償化には所得制限はあるのか、預かり保育や給食費も対象になるのか、
制度利用の手続きなどをまとめてみた。

保育料は無償化になるが 一部自己負担も

無償化の対象は3〜5歳児のすべての世帯、0〜2歳児は住民税非課税世帯(一定の年収条件を満たした住民税がかからない世帯)。申請は不要で、新たな手続きをすることなく新制度に移行される。ただ、保育料すべてが無償化されるのではなく、月額通園送迎費、食材料費、行事費、延長保育料などは減額などの変更はない。ただし、年収360万円未満相当の世帯と、全世帯の第3子以降は副食(おかず、おやつなど)の費用が免除される。例えば、認定こども園に通う4歳の子どもがいる場合だと、保育料は無料になり、給食や行事にかかる費用、制服、体操服の購入費用などは負担となる。

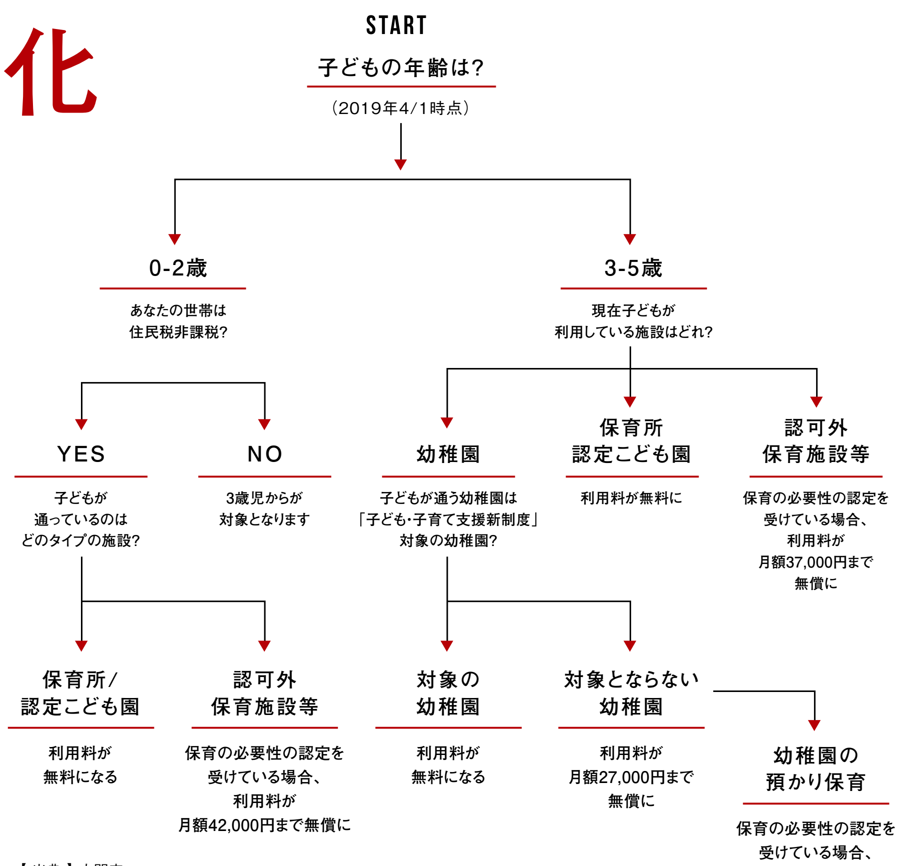
児童発達支援、医療型児童発達支援などの障がい児の発達支援施設は3歳から小学校入学までの3年間は無償となるが、利用費以外(医療費、食材料費など)は負担のままだ。企業主導型保育事業(企業がつくる認可外保育施設)はこれまでの利用料から年齢に応じた一定の金額が減額される。

上限を設けた 一部補助のサービスも

利用する施設によっては一部補助といった場合もある。子ども・子育て支援新制度の対象外の私立幼稚園は、月額25,700円(国立大学附属幼稚園は8,700円)まで無償化される(子ども・子育て支援新制度の対象については、通園している園または各市町村に確認を)。また、認可外保育施設(一般的な認可外保育施設、一時預かり事業、ベビーシッター事業など)を利用する場合は月額37,000円(3〜5歳児)、月額42,000円(住民税非課税世帯の0〜2歳児)まで、幼稚園の預かり保育を利用する場合は最大月額11,300円までが無償化される。

補助される利用料は市町村から直接支払われるので、差額が発生した場合のみ各施設への支払いが必要となる。これらの施設は無償化になるための申請が必要な場合もあるので、各施設、住まいの市区町村に確認を。

【 うちの子どもの場合は? 】



【 出典 】内閣府
制度の詳細については内閣府のホームページに掲載している。
https://www.youhomushouka.go.jp

具体的な動きを見せ始めた 夢洲へのIR誘致

2025年、大阪・夢洲にて万国博覧会(万博)が開催される。開催に向けて着々と準備が進められるなか、大阪府と市ではもう一つ大きな事業の準備が進められている。それが、「IR誘致」だ。IRとは、Integrated Resortの頭文字で総合型リゾートと呼ばれるもの。民間事業者がホテル、カジノ、スタジアム、アミューズメント、コンベンション、ショッピングモール、ギャラリー等の施設を一体的につくり、運営する。総合型リゾートの創出に成功すれば、外国人観光客を中心としたにぎわいが生まれることが予測され、地域経済活性化につながると注目されている。

日本初となるIRの設置場所は、政府が全国で最大3か所の自治体を認定する。現状候補地としてあがっているのは、大阪(夢洲)のほかに、北海道(苫小牧、留寿都)、千葉(幕張)、和歌山(マリーナシティ)、長崎(ハウステンボス)など。今年8月には、横浜(山下ふ頭)もIRの誘致を発表した。大阪・関西万博の会場と同じ夢洲地区を候補地とする大阪府と市は誘致に向けての準備に早い段階から取り組み、「大阪IR基本構想」を策定、2014年には基本コンセプト案を発表している。他の自治体に比べて先行準備が進んでいる大阪・夢洲が選定される可能性はどうやら高いようだ。

大阪府と市では2025年の万博開催時期での開業を目指しており、今年9月に事業者からコンセプト案を募集した。3社が手をあげたが、そのうちの一つは米IR大手のMGMリゾーツ・インターナショナルとオリックスの共同グループ。MGMリゾーツ・インターナショナルは世界各地でIRを運営している企業で、ラスベガスを中心とした大規模ホテルの展開、ショッピングモールや劇場、映画館、国際会議場などを運営している。府と市は、年度内には事業者の公募と選定を予定しているが、同グループは有力な候補として名前があがっている。

仮に大阪・夢洲が候補地として認定されIRが誕生した場合、大阪・関西万博開催とあわせた経済波及効果は大きなことになるだろうと期待してやまない。

夢洲IRの施設の構想(案)「大阪府・大阪市IR推進局から提供」

台風19号で被災された皆さまに、心よりお見舞い申し上げます。
一日も早く普段の生活に戻られるよう祈っております。
株式会社シティライフNEW

●本紙の記事や広告についてのご質問・ご意見など TEL06-6338-0640 info@citylife-new.com
●発行部数17万部
●無料で各戸に配布しています。必要のない方は、お手数ですがご一報ください。
問/株式会社シティライフNEW TEL06-6338-0640 〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23

北摂で建てる注文住宅。心がワクワクする家づくり。

＼ワクワクする写真がいっぱい！／
インスタグラムで施工例公開中！

さつまホーム 無添加住宅®
土地探しから お手伝い！
ホームページでも施工例公開中！ さつまホーム
〒562-0036 大阪府箕面市船場西2丁目1-1 エリモビル5F
営業時間 9:30～19:00 定休日 火曜・水曜
お問合せ 0120-780-636

Pick up!
犬の訓練所

元警察犬訓練士が愛情たっぷりに指導 介護が必要な老犬も任せられる

警察犬訓練士時代、やりがいはあったが、犬に厳しく接しなければならず「もっと犬に愛情を注ぎたい」と同園を開業。

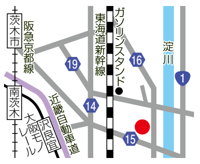
元警察犬訓練士で、専門学校のドッグトレーニングの講師を務める永田さんが運営する同園。送迎付きで、淀川の河川敷でたっぷり運動してから登園する。トレーニングは基礎的なものから競技会に出場するレベルまで様々。「散歩の時リードを引っ張らないようにしたい」など、飼主の要望に対応してくれる。1日4,500円と預けやすいのも魅力!まずは体験へ。

■特　典
「シティライフを見た」で
● 1日体験4,500円→3,000円
(初回限定、11月末まで)

犬の幼稚園 ワンツウクラブ

摂津市鳥飼中1-3-11 202
営／7時～19時(幼稚園は18時まで)
月・火・金定休
※送迎あり(7時～9時、17時～19時)
☎070-5047-5566
メール:yqi01237@nifty.ne.jp
訓練(大阪府登録第番号　3043-4号)
有効期限の末日:2021年4月11日

▲テレビ取材の様子はコチラから!



Pick up!
がんリスク検査

新しい「がんリスク」検査がスタート すい臓がんも判別できる

一度の採血(6ml)で女性9部位、男性6部位のがんリスクが調べられるメタロ・バランス(MB)検査。これは、神奈川県の企業レナテックが千葉県がんセンター、神奈川県立がんセンターと共同研究で生まれた検査法で、血中に含まれる微量元素の濃度を測定し、「がんリスク」を4段階で判別するもの。その手軽さから口コミで広まり、家族や友人と検査を受ける人も多い。

- 検査日時:11/23(土・祝)、12/21(土)、1/25(土)／10時～13時(15分程度)
- 場所:大阪MBクリニック(大阪市淀川区西中島6-5-3 サムティフェイム新大阪1号館102)
  地下鉄西中島南方駅徒歩4分、地下鉄新大阪駅徒歩10分
- 検査費用:スタンダードMB(研究参加コース)9,900円、スタンダードフリー16,200円
  (2020年1月1日以降金額変更)※保険適用外
  女性9種:大腸、胃、肺、すい臓、肝臓、乳、子宮頸、子宮体、卵巣
  男性6種:大腸、胃、肺、すい臓、肝臓、前立腺
- 申込方法:専用フォームより(PC・スマホ対応) https://metallo-balance.net/
- 問い合わせ:株式会社レナテック 06-6152-6234

株式会社 レナテック
大阪市淀川区西中島6-5-3
サムティフェイム新大阪1号館102
受／9時～17時
☎06-6152-6234
メタロバランス で検索

かんたん！手作り！
野菜ソムリエが教える!!

味噌作り体験

1.7kg作れて 2,500円 (お土産付)

みなさまはお味噌を作ったことがありますか?自宅で味噌を作ろうと思うと、仕込みに時間と手間がかなりかかるもの。この度開催する味噌作り体験では1時間程度で簡単に味噌の仕込みができてしまいます。ぜひ我が家だけのオリジナルのお味噌を作ってみませんか?

汚さず簡単!! 体験ではコツなどを交えながら楽しく安心してお作りできます。

❶まぜる ❷なじます ❸潰し混ぜる ❹まとめる ❺保管する

ココがPOINT
①仕込み袋1つで手が汚れることなく簡単にできます! ③1セットでなんと1.7kgの味噌が作れます!
②材料は全てプロ並み!こだわりの原料を揃えました。 ④親子での参加もOK!

グリーンマーケット えさか店 ☎06-6388-1700
http://greenmarket.jp/ 吹田市江の木町16-9 愛和会ビル1F(江坂駅8番出口から徒歩5分)
●開催日…11/10(日)・13(水)・20(水)・24(日)・27(水)
12/11(水)・15(日)・18(水)・22(日)(開催日の4日前までに要予約)
●時間…10時半～12時／13時半～15時の2部構成 ●場所…えさか店隣のキッチンルーム
●料金…1セット2,500円(体験でお作りした味噌はお持ち帰りいただけます)
●持ち物…エプロン・タオル ●定員…1開催につき10組まで
●問合せ…上記えさか店の寺田まで
ご自宅や施設への出張体験も承っております!
応募フォーム▶
予約はコチラか、またはお電話で。
お申し込み時に参加人数とセット数をお知らせください。

2020年度
Saturday School 入学説明会

［ 完全予約制 ］

申込受付開始!

【 Saturday School 】とは
生徒、スタッフを含め、一日を英語で過ごすプログラムです。
教科は英語・音楽・体育・IT・図書などがあり、
教員、スチューデントスタッフとともに英語による学校生活を送ります。

2019年11月23日(土・祝)
9:30～11:30
千里金蘭大学 佐藤記念講堂
申込期限:11月22日(金)まで
申込方法:公式HPからのお申込み
※新規ご入学の方に限り、説明会は原則参加必須となっております。

スクールバスも運行
バス停も増えてさらに便利に!
香櫨園、西宮北口、宝塚、川西池田、箕面、阪急茨木、JR茨木、ミリカヒルズ、緑丘、上野、千里中央、緑地公園、桃山台、南千里、山田、北千里の計16方面より運行予定

Kinran International Saturday School
吹田市藤白台5-25-1 千里金蘭大学3号館6F 3616
〈事務局受付時間〉火～金 8時～16時45分
info@special-programs.net http://ss.special-programs.net
Saturday School 公式HP▶
Saturday School 検索

学研教室のせんせい募集中!

「先生に出会ってよかった」と言ってもらえる一生のお仕事です。

指導方法や運営方法は専門スタッフがしっかりサポートさせていただきます。「どんなお仕事なの?」その興味だけで、説明会へのご参加大歓迎です。

詳しくはお近くの説明会へお越しください! 前日の17:00までに要予約

11/1(金) 10:00～17:00の間の1時間程度
場所 Gakken大阪本社
(北大阪急行 江坂駅①出口直結)

11/6(水) 10:00～12:00
場所 ルクア1100 9階
蔦屋書店内貸し会議室1(Gen-nai)
(JR大阪駅 各線梅田駅)

11/8(金) 10:30～12:00
場所 阪急池田駅近くのカフェ
(詳しくはお申込み時にお伝えします)

11/13(水) 13:00～14:30
場所 大阪モノレール彩都西駅近くのカフェ
(詳しくはお申込み時にお伝えします)

11/19(火) 10:00～12:00
場所 学研スクエア千里中央駅前校
ライフサイエンスセンタービル9F (各線 千里中央駅)

11/21(木) 10:00～12:00
場所 エトレ豊中すてっぷ5階 1B (阪急豊中駅南口すぐ)

お子さんが小さくて外出しにくい方、日時の都合が合わない方もお気軽にお問合せ下さい。別途個別にご説明いたします。

読む力・考える力―伸びる学力 学研教室 幼児/算数・数学・国語/英語
お申し込み・お問合せは 0120-889-100 (ハヤク ヒャクテン)
受付時間 月曜～金曜日 9:00～17:00(祝休日を除く)
学研教室 大阪北事務局 吹田市江坂町1-23-101大同生命江坂ビル11F
24時間のホームページよりお申込みいただけます
学研先生 検索

庭木1本から承ります!

お客様とのお約束
☆庭木1本より明瞭料金
☆土日でもOKです
☆トイレはお借りしません
☆お茶はご遠慮します

シティライフをご覧の方へ
生垣剪定幅1m(高さ2m)
通常2,000円を(※税別) 先着10名様 1,000円

1本からのお庭サービス ガーデンエクスプレス
大阪支店/茨木市桑田町4-1 営業時間/9:00～17:00 ☎072-665-8371